



پهنده‌گان

عبدالوہاب رحیم مہ عریفہ تی

پہندہ کان

په نده كان

د درگيراني

عبدولرېحيم مه عريفه تي



مه رليز - ۲۰۱۰

دعوت‌گای توتلی‌بند و پلام‌کردله‌مئی موکریانی



● پنده‌گان

● ودرگیرانی: عبدولرحیم معرفتی

● نه‌خسه‌سازی ناووده: ته‌ها حسین

● بهرگند: حمیدیه یوسفی

● ژماردی سپاردن: (۷۸)

● نرخ: (۲۰۰۰) دینار

● چاپی به‌کمه: ۲۰۱۰

● تیراژ: ۱۰۰۰ دانه

● چاپخانه: چاپخانه‌ی خانی (ده‌زک)

زنجیری کتیب (۴۹۶)

مجموعه‌ی مائتبی بۆ دعوت‌گای موکریانی پلام‌کردله‌م

ناوه پوځ

- ۷ وەناو خودا
- ۹ پيشه کي وەرگير
- ۱۳ به شي به کم: مروف
- ۳۱ به شي دووهم: دنيا
- ۳۵ به شي سېهم: کۆمه لگه
- ۵۵ به شي چوارم: ياساکاني ژيان
- ۷۵ به شي پينجهم: روست و نادايي جوان
- ۸۷ به شي شەشم: روست و ناکاري نه شيار
- ۹۵ به شي ههوتهم: بيروزانياري
- ۱۰۵ به شي ههشتم: دادگهري ستم
- ۱۰۹ به شي نۆهم: پاکو خاوتني

وهناخودا

له جیهانی یه خسیری دمستی ستم دا که له درېژنی سده کانی
ر ابرودودا هه موو هاوارنکی نازادی له گهروودا کپ ده کرا و هه موو
رابوونیکي مافخوازانه خهلتانی خوین ده کرا و گیانی بڼی دنگی له
بهرامبر ستم دا بهر بارودوخی سردهمه کان دا دهست رږیشتو بوو،
تیشکی رووناکیدوی هیوایه ک لهو ناسمانی ستمه دا درهشاویه.
نوتیشکه بوو بهووی ینارپوونهوی نهوانی که نوقی خهوی خه بهزل
زانین بوون و، مرفقه کان رینز و پله و پایه ی خویان ناسی یهوه. به هیوای
رینز گرتنی پاکی و جوانیه کان و پارژگاری زورتیری بیه خه
مرفقایمتی و رهوشی یه کان له کۆمملگه دا.

ناومنی بلافوکی ((جابر)) ههست به دلخووشی و شانازی ده کات که
له بواری کتبه رهوشی یه کان، له ناوینا رهوشی پزیشکی چالاکی و
ههوله کانی خوی دهست پیکردوه و لهم بواردا یه که مین کتبی
نه خلایق، کۆمه لایمتی و تهنروستی بلو کردوتهوه. هیوا وایه که نهم
ههولانه له بره دابن. له هاوکاری بهرژ دکتور تیمور زاده بهرپوومری
بهرپرس له دامه زراوی فهرهنگی بلو کردنهوی تیمور زاده، بلو
کردنهوه و راگیانینی ((طیب)) برای دکتور تهوه کولی و ریزدار دکتور
پارساپور سوپس ده که یسن. له ینشیار و ره خه و تیروانینه پر
ریتونیه کانی خوتان سودمه ندمان بکه.

(بلافوکی جلیب)

پیشہ کی وہرگیر

باشترین ھاوری کتیبہ

لہ ژیر شہبہ قی نہ و راستیہ دا دہ کری لہ گرینگی کتیب و خوندنموہ تی بگین و ہست بہ پیوستی خستہ یہ کی کاتی بکین بہ مہبستی دابہ شکردنی کات و ساتہ کانی ژیانمان وھول بدین لہ کہترین کات زورترین کہلک ویرگیرن.

دیارہ بہ ھوی فرہیی ناتاجہ کانی ژیانی مرؤف لہ وانہ یہ ھہ موومان نہ و دہرفتمہ مان بؤ نہرہ خسی بہ گورہی پیوست لہ گہل کتیب بژین و زانیاری یہ گرینگہ کانی بہ شیوہ کی ھہ مہلایہ نہ لی ویرگیرن. بہ لام دمی ھہ موومان ملکہچی نہ و راستی یہ سہلمیتراوہ بین کہ بہ ھوی گرینگی رؤشنیری گشتی لہ ژیانی مرؤفدا، پیوستمان بہ سہرچاوی زانیاری زور و جؤراو جؤر ھمہ و بؤ دابین کردنی نہ و پیوستی یہ ش ہیچ پلپشت و پہناگیہ ک ناتوانی وھ کتیب وھلامدعوہ و یارمہ تیدر بیت.

ھہر بؤیہ دہبی سہرہرای کار و پیشہی تایبہ تی خؤمان لیبر اوانہ ھہول بدین لہ خوندنموہ دانہ برین و لہ پیتناو دہستراگیشتن بہ رؤشنیری یہ کی ھہ مہلایہ نہ پشت بہ و باشترین ھاوریہ بہستین. دیارہ کہ بہ سوودترین و باشترین شیوازی

خوئندنه وهش نه وهیه که به هوی تۆمار کردنی خال و زانیاری
 سه رنج اکتشی نیو کتیب و روژنامه کان ههول بدین که لکی باش
 لهو خوئندنه وه وه گرین ویو دریز ماوه پاریزگاری لهو زانیاری یانه
 بکهین و گه شه بهو روژنبیری یه بدین.

خوئنه ری خو شه ویست

نهم کتیبهی بهرده ست بهرهمی خوئندنه وهو ماندوو بوونی
 چهن دین دوکتور و سپور و شاره زایه که هه ر کام له وانه له کاتی
 خوئندنه وهی هه ر کتیب و روژنامه و باب تیک، زانیاری یه گرینگ
 و بایه خداره کانیا ن له لای خویان تۆمار کردوو و پاشان له نیو نهو
 گشته خاله سه رنج اکتشانه دا به هاو فکری و هاوکاری
 یه کتره زار خالی هه ره گرینگ و به که لکیان هه لیزاردوو و
 کویان کردوو نه وهو له دوو تونی نهم په یتوو که پر بایه خه
 داپشکه شی کۆمه لگای مرؤفیان کردوو. به کورتی به م کار و
 خزمه ته بهرچاوه یان رینگهی دووریان بۆ تریک کردووینه وه و
 مهودای دریزیان بۆ کورت کردووینه وه. ده کری بلین خوئندنه وهی
 ورد و به جی نهم کتیبه، یه کسانه به خوئندنه وهی چهن دین کتیبی
 هه مه چه شنه ی گرینگ و پر له زانیاری، چونکه له راستیا
 پوخته ی چه پکه گولی زانیاری نیو سه دان کتیبه و نه گهر به
 نارامی و هوشیاری یه وه سه رنجی خال و زانیاری یه کانی بدین،
 دلنیا م ته نیا به خوئندنه وهی نهم کتیبه ده گه یه ناستیکی به رز له

روشنبیری دا. که و ابوو تکا ده کهم نه گهر تا نیستا له زیانت دا
 کتیت نه خوندوتهوه. با نه م پهراوه پر بههریه یه کهم کتیب بن و
 له م ده لاقهوه بهجته ناو جیهانی خوندنموه ونیتر له باشرین
 هاورن دانه برنی.

صاحب الزعمیم محمد رفیع دینی

۱۳۹۰. ۰۹. ۰۶

محمد رفیع دینی

بۇ نەم خالانە كۆكرانمە؟

وتراۋە: كاتى دەتەنەۋى بزانن كەسنىك چەندە كەلكى لە خورندەنمەۋى كىتېك ۋەرگرتوۋە؟، پىرواننە نەم بەشەنى كە لەم كىتېك بىزارى كىردوۋە ۋە نوۋسىۋىيە تىمەۋە. گۇفار ۋە رۇژنامە دەخوئىنەۋە، گوى لە رادوى دەگرىن، سىرى تەلە فزىۋۇن دەكەين، كۆمەلى ۋە تە لە خەلك دەمىسەن، بەلام لە ھەمولى نەمە دانىن لە بىرەۋەرىماندا تۆماريان كەين ۋە نامادەن خەتەن بە ژىر بابە تىكى سەرنج راكىشى رۇژنامە كەدا بىكىشىن يان ھەلىبىزىن ۋە لای خۇمان ۋەينوسەن. ھەر بۇيە رۇژنامە دەخوئىنەۋە كە كاتمانى پى بەرنە سەر، دەلىن نای كە قەسى جوانى تىنابوون، بەلام دەست بەجى لە بىرمان دەچنەۋە. بۇ يادداشت ناكەين ۋە نايان نوۋسىنەۋە؟ كۆكرەنمەۋى بابە تىگەلىكى ۋە وردە وردە كۆمەلە بابە تىكى بابە خدار پىك دىشى كە ئاۋر لىنانمەۋە ۋە پىناچوۋنەۋەيان دەمىتە ھۆى چالاكتر كەردنى بىرە مېشك.

نەم كىتېكى بەردەستان بىرىتە لە كۆمەلە ۋە تە يەكى بە نىخ كە لە كىتې ۋە رۇژنامەى جۇراۋ جۇر ھاۋىزكروان ۋە ھەۋل دراۋە كە بابەت ۋە تە كان بەشىۋەك لە كىتې كان ھەلىبىزىردىن كە رۇلى نەرتى يان ھەين لە ژيانى خوتەردا.

به شی یه که م: مروڤ

خوناسین

له کورته وتاره کانی حه زره تی عه لی (ر.خ) ((سه رم سوڤ ماوه
له و که سه ی ده گه ږئ به دوا ی نه و شته دا که لینی ون بوو، له
کاتیکدا خوی بزره و هه ولی دوزینه وهی نادات)) ((سه رسام
له وهی که سینک خوی نه ناسیبت چو ن بوی ده لوی په روه رد گاری
بناسی؟)) حافز: سالانیککی زور دل خوازیاری ناوتنه ی دنیا نوین
بوو نه وهی هی خوی بوو له بیگانه ی داوا ده کرد.

نازادی و پیوستی

- نازادی و پیوستی پیومنی پینجه وانیهان پیکه وه هیه. پیوستی
به ماده و سامانی دنیا، دهیته هوی که م بوونه وهی نازادی. چه نه ده
نیاز و پیوستی یه کانمان که متر بن نازادیمان زیاتره. نه و ږوړی
مروڤ بوو به خاوه نی خانووچکه یه ک نیتر خاوه نی خوی نیه و به
دهر پینیککی تر خانووچکه خوی مروڤه که یه..

مروڤ و سروشت

- مروڤ به شیکه له سروشت و سه رمنجام یاسا سروشتی یه کان له
پیشه وهی خواسته کانی مروڤان. لهر نه وه ناچاره خوی له گه ل سروشتا

بگونجینی. به لّام به تیفکرین و خاوم مه بهست بوون و همولدان بو وهدمت هیتان و گمیشتن به و یاسا سروشتی یانه نل و گۆر به سر خوی دا دیتی. دمت رویشتن به سر سروشتا به و واتایه نیه که مرؤف له یاسا سروشتیه کان بئ نیازه. نهوه که وا مرؤف پیوستی بی یمتی وهلانی ناچاری یه کان و یاسا کانی سروشت نیه، به لکو باشر ناسین و که لک و مرگرتی هوشیارانیه لهو یاسا یانه. به واتایه کی تر مرؤف له هیچ جۆره چالاک یه کی خویدا له یاسا سروشتیه کان بئ نیاز نیه. زور تر و باشر ناسینی یاسا و هۆکاره سروشتی یه کان وه دیه پته ری نازادی یه و را کردن و خۆر زگار کردن لهوان له راستیدا مه حاله. ده کری بلین هر هۆکارنک رنگه بگری له باشر ناسینی یاسا کانی سروشت پیتی له نازادی مرؤف گرتوه.

بالا دهستی گریدراو

- زۆریه ی بالا دهستی و یه کهم بوونه کان په یوهستن به بیر و رای گشتی یه وه. به و مانایه کهسانی هه ن سه رکه وتووی و پیشکه وتووی خویان گرنداره به دان پیمان و بیر و رای کهسانی تره وه، نه مه هر خوی جۆری کۆیلایی بوونه. نه و مرؤفه ی ناچاره به چاوی خه لک بیینی، دمی به گۆنره ی وستی نه وانیش بژی. کهسانی دهوانن به وستی خویان هه لسو کهوت بکمن، که که متر چاو له دهستی یارمه تی کهسانی تر بن. زور جار هیتز و توانای کهسانیک په یوهسته به خه لکانی تره وه که له راستیدا نه مه نه ک

هەر هێز و توانا نیه، بەلکو شینواژنکە لە کۆیلهیی. سروشتی یە
 چەندە زۆر تر پێوستی یە کانمان زیاد بکەین و زنده تر چاو لە
 یارمەتی کەسانی ترهوه بپیرین، لاواز تر و چاره ڕەشتەین، نەگەر
 سەرنج لە توانای خۆمان بەدەین و چەندی بکری نیاز و ڕێستە
 دەروونی یە کانمان و چاو لە دەستی کەسانی تر کەم بکەینەوه،
 زیاتر هەست بە توانا و بەختیاری دەکەین. هاو پێوەندی
 لێکگرێدراوی دوور لە ژیری مەرفەکان بەیەکەوه ناکاریکی پەسند
 نیه و وهک پێوەندی ناغا و نۆکەری یە کە دەیتە هۆی سەر
 هەڵدانی ناتەبایی و خراپە کاری لە ڕاده بەدەر..

پێوەندی لاوازی و هەزەکان

- نەبوونی هاوسەنگی لە نێوان هێز و هەزەکانی مەرفەکان دەیتە هۆی
 لاوازی. بەمەبەستی نەهێشتنی لاوازی، یان هێز، پێوستە تواناکان بەرەو
 سەر بپیرن یان ڕێژەری هەز و مەیلەکان کەم بکەنەوه. لە ژێانی
 ڕۆژانەماندا دەبینن ئەوانەی هەز و تارەزووی زۆرتریان هەیە، لاواز ترن.

چۆن ناکەکان بناسین؟

- بەمەبەستی ناسینی خەڵک، پێوستە سەرنجی کردەوه و
 ناکاریان بەدەین و گوته کانیاں پشت گوێ بخەین. پێوستە بزانی
 خەڵک زۆرتر قسە دەکەن و وتە کانیاں بە چاوی کەسانی تر
 داده دەمنەوه، بەلام کردەوه کانیاں دەشارنەوه. بەهەر حال بە خێزایی و

بى تىنكەرىن نابى بىكەۋىنە ژىر كارىگەرى قەسى نەزان
خەلە تىنەنەى فرىودەرانە..

فەلسەفە ۋە ئەدەبىيات:

- سەير كەردى مەۋقەكان لەسەير كەردى يارىيەكانى نۆلەمپىك
دەچى و نەۋى دەيىنىن برىتى يەلە:

۱- ھىندى كەس تەنھا دوكاندارن و جوئ لە دابىن كەردى
بەرژەۋەندى خۇيان بىر لە ھىچى تر ناكەنەۋە.

۲- كەسانىكىش كە رېژىيان كەمە لە كۆمەلگەدا، گىيانى خۇيان
دەكەنە قورىيانى لە پىتاۋ ۋەدەست ھىتانى برى شانازىدا.

۳- برېكىشىيان كە ژمارىيەكى بەر چاۋى ناۋ كۆمەلگەن، تەنھا
سەيرى يارى يە كە دەكەن..

سەبارەت بە ئافرەتان

- نەگەر ئافرەتان بەتايىبەتمەندى ئافرەتانىيان رازى بن، بايەخدارترن
لەۋە كە تايىبەتمەندى پىاۋان لە خۇياندا بەرجەستە بىكەن.

ژنان دەمى بىرىكەنەۋە و داۋەرى يان دروست بى و خاۋەن خۇشەۋىستى
بن و باش تىبگەن و بىر و تىگەنشىتيان ۋەك روخسارىيان رازاۋەمىتە
ئافرەتان مەبەست گەلى باس دەكەن كە بۇرازى كەردى كەسانى ترە.
بەلام پىاۋان نەۋە دەلىن كە دىزان. ژنان بۇ قەسە كەردن نەرزۋو و
لېھاتۋىي خۇيان دەخەنە كار، بەلام پىاۋان نىازيان بە زانىارى ھەيە. ژنان
بە يىنچەۋەندى پىاۋان ھەزىيان لىيە و دەتوانن بابەتى نا پىۋىست بە گورىزى

رېزامه ندى خەلک باس بکمن. هر له بهر نهويه که گوشتاری ژن و پياو له زور بواردا پیکهوه خالی هاويه شيان نيه. له ژنر تيشکی نه م راسته می سره ودا ناین هیچ کام له م دووانه ناروحت بن و پياولیش نلین ههست به بالادهستی بکمن. نه مانه کومه له تايسته ندى يه کى خودی و زاتين و که متر پيومانى يان به ماندوو بوون و ودهست هيناموه ههيه و له راستينا هر وهک خودی نيرينه يی و مينه يی يه. ژنان به مهبهستی ناشکرا کردنی نهيتی يه کان کراوه ترن و ههول ددهن به هر نامرازینکی گونجاو نهو بابتهی لى بن ناگان ناشکرا بکمن.

کاربگهري دهروونی سه رکهوتن و شکست

بهختیاری و سه رکهوتن، مرؤف خوشحال و هیوادار و گهشبین دهکا. شکست و بی به شیش مرؤف سست و بی هیوا و رهشبین دهکا و کهسانی بهد بین به تیروانیستکی گومانای یهوه سه رنجی نهجامی هه موو پینیار و راو بوچوونیک ددهن..

چۆن پروانین؟

- باش و ورد و قوول تیفکرین، بهی پيشکهموتنهوی پرووداوهکان.

هه موومان پيويستيمان به پهسن و بياهلدانه

هه موو مرؤفیک ناسراوین يان بن ناو ودمگ، به پهسن و ريزی بهرامبه ره کهی دلخوش دهی. نهوی که خهلک پيويستی يان پيههتی

نەویمە کە بە خۆشەویستی یەوێ سەپریان بکەین و کردووە و ناکارە باش و جوانە کانیان ناشکرا بکەین و باسیان بکەین. چونکە هەر مەزنی نەوێ چاکە هیە کە شایانی باس یت. یتە نەمرکی سەرشانانە هەرباسی چاکە کانیان بکەین کە نەمە خۆی هونەرێکی گەورە و بۆ وەدستەتانی نەو هونەرە پراختیان و لەخۆبوردووی پێوستە. بۆچی هەندێ پیاو بە ژنانی تر هەڵمێن و هیچ کات پەسنی هاوسەری خۆیان ناکەن؟. نەلی لە ستایش و پێژ و پەسنی منداڵەکاندا جیاوازی دابین. چونکە منداڵان زۆر هەستیارن و بە زوویی لەم جیاوازی یە تێدەگەن و تووشی دڵە پراوکی و نازاری گیلنی و جەستەیی دەبن.

بیرکردنەوە

- پێوستە هەموو کەس سەبارەت بەوی دەبینی، دەبێسی و دەیخوێتەو، تیفکەری و بیرکردنەوی هەیتە نایا سەبارەت بە بابەتێک کە دەتوانی باسی بکەن لەمی بیر کردنەوێتان هەبوو؟ گوتراوە نەوی دەبێسی بیخە ناو مێشکت و بیرێ لێبکەو و پاشان لە هەر پرۆبە کەو بەباشت زانی وەلام بەو...

خۆپاراستن لە وێهێ بزاری و کەم بایەخ

- بەمەبەستی خۆپاراستن لە قەسێ بزاری و بێ بایەخ پێوستە بە وردی خوێندنەوێمان لەو بوارانەدا زیاد بکەین کە زانیاریمان لەواندا لاوازه تا بەو زانیاری یە نوێیانە بتوانین لەگەڵ خەلکی

جؤرا و جؤردا له پڼوهنښدايښ و ډاويژمان به وتهى به نرخ و جوان
يټ، چ کټيښ وهخوښښ؟ نهو کټښ و گؤفارانه که سهرنجى نڼمه
ډابکښتن بهرو نهو زانيارى يانه که شايانى نهومن ليان فيرين و
پښان پهروهده دهين..

خوتان ههريزان فروش مهگن

- پستان وانښى بهلس کردنى عهيب و کم و کوږى به کانتان لای
خه لک، ډيژى خوتان بهرو سر بهرن، پڼويسته بزائن تهواو پڼجهوانښه
و بهو کاره نهک هر کم بايه خ دمښ، به لکو هيزى بير و دهرنيشمان
لاواز دمښته نهوانښى ډيژى که سايمتى خويان ده گرن، تووشى ناکارى
نه شياو و ناشيرين نابڼ و به پڼجهوانښهوه.

نایا ناکامى راستى به کان قبول دهگن و دروست له گهليان بهرو و ږوو دهبن؟

- نه گهر به دروستى له گهل راستى به کان ږوو به ږوو نه بنهوه
ژيانى خوتان و بنه ماله تان ويران دهگن، بؤ نمونه دايک و باوکښک
که منالى نا تهواويان هه ږوو و لهو کاته دا زانست و زانيارى هښده
بهرو پښ نه چويوو که چاره سهرى نهو منالهى پڼ بکرى، تا چ
ډاده پک له بهرام بهر نهو راستيه دا نارام ده گرن و پڼى رازى دښ؟

له نیکشکانی خۆتان دەرس وەرگرن

- له جیاتی نوێی دواى تیشکان خەمى شکەستە که بخۆن بیر له هۆکارەکانى بکەنەوه و بیکەنە دەرس و پەند بۆ سەرکەوتنى داهاڵوو. نەگەر بیرکردنەوه لەو شکەستە سەرلایى نێوێى گرتۆتەوه، بپرۆن هەلسۆرێن و فراوانتر بیر بکەنەوه و ژيان و جیهانى خۆتان لەخەمى کۆتایىنا سەر مەکن و نەم رێستىەتان له بیر بێت ((تیکشکان پەيزى بەرو سەر چوونە))..

هەر مەرفۆئیک خواوەنى قایبەنمەندى خۆیەتى

- تاکە کانى کۆمەلگە لەهەموو بوارەکانى ژياندا جیاوازيان هەیه بەراوردی کەسەکان بەیەکەوه و بەبانتەزانینی کەسى بەسەر کەسیكى تردا کارىنكى بە جى نیە. نەگەر مەرفۆئیک درەنگ له بابەتیک تێدەگات، لەبەمبەردا هێزى مێشک و لەبەر کردنى له ناستى بەرز دایە. نایا دەکرى هەمووان یەک جۆر خوار دنیان پى خوش بێت؟ یان هەموو کەس یەک جۆر رەنگیان بەلاوه پەسەندى؟ بەسەرئێج دان لەو جیاوازی یەى نێوان مەرفۆه کەان پێویستە زۆریەى کێشە و ناکۆکى یەکان وەلانێن و قسە لەو بابەتە بکەن ئەبەرژەوهندى زۆریەى خەلکى تێدایە..

پێویستە ئەوه بزانی هێج بەلگەیه کەمان نیە لەسەر ئەوه بۆ نمونە کەسێک کە جوان قسە دەکات، هەرز و مێشکى زۆر بە هێزە یان مێهەبان و راست وێژیشە! و بە پێچەوانەوه ئەوى کە بۆ نمونە ناخاوتنى ئەواو نیە، کەواى، بێبەریە له چاکە و له هەموو بوارێکدا لاوازه..

مرؤف له دؤخی گۆران دایه

- به شیک له فیهله سوف و زانیان له سهر نمو بلورین که مرؤف هه میسه له گۆرلن دایه و نم نال و گۆره به هینی و ورده ورده پرو له گه شه ده کاته ههر له بهر نهویه زۆری کات ههستی پیناکمین و له سهر نمو باورمین مرؤفینکی پهنجا ساله ههر نمو که سیه که بیست ساله بوو. که له راستیا هیچ تایبتمهندی یه کی که سه بیست ساله که له ودانی یه بهر بهر گۆرانی به سهر دا هاتوو. هیزو تواناکانی زیان ورده ورده بهر لاوازی ده چنهوه و له لایه کی تره بههوی خوتندهوه و تیفکرین و مامهله و نهزمونه کانهوه. هیزه مه عهوی یه کان گه شه ده کهن و مرؤف بهر و که مال دهن و جیاوازی نتوان به ساله چوو و لاوینک له دامرکان و کپ بوونهوهی ههله چوون و ههزه کان دایه..

ههر وهک گوتراوه زیندوویی واته گۆران و گۆرانیشت واته: وهک یه کهم جار نه بوون. خوش به ختن نهوانه کی میشک و نه ندیشهی زیندوویان ههیه که له دؤخی گۆرلن دایه و بهر و که مال و تهواری ناراسته ده کهن..

هیندینک جار مرؤف بههوی تیهر بوونی رۆژگاری تهمن و لاواز بوونی هیزی جهسته، له باری روحی و دهر و نیشهوه له کهمی دها که دهر منجاسی نمو کاریگهریان ههش له قبول کردنی گۆرلن و نوینگهری یه کان ههست به ترس ده کات و زۆر تر له رابردوودا دهژی. نم حالهتی وستان و سستی یه جاری وایه دهسته و یه خهی وچه و نهوته یه ک دمیت که یینگومان دمیته هوی دوا کهوتوویی و چاره رشی.

ھۆكار يان دەرەنجام

- لە دەرەنجام و ھەلەسەنگاندنی کێشەکاندا پتییستە ھۆشیار بین دەرەنجام لەجی ھۆکار دانەنئیین. بۆ نموونە دەلئیین: کۆمەلگەى نئیمە باش نیه لەبەر ئەوە خەلک باش نیه. ئەو خەلکەى خەراپەن لەراستیدا خۆیان ھۆکار نئین، چونکە ئەو خەلکە لەژێر کاریگەرى بار و دۆخ و ھۆکار و شوئین دانەرنک دا خراپ بوون، یان خراپە دەکەن و یان ئەوە داب و نەریستە بۆتە ھۆى ئەوە پیاوان ریزە کارئیک دەکەن کە ژنان نایکەن. ئەوەش نایتتە بەلگە لەسەر ئەوەى کە پیاوان ھۆکاری سەرەکئین و بە ھۆى ئەنجامدانى ئەو کارانەو بەلادەست ترن لە ژنان. بۆ نموونە چونکە سەردەمئیک کاری ئەوتۆ لە نارادا بوون کە بەھۆى ھئز و تواناو ئەنجام دراون. ناچار بوون کار بە پیاو بکەن و نافرەتان لە پلەى دووھەمدا بوون و بە وتەى نئچە فەیلەسووفى ئالمانى، ((نافرەتان مەرؤفى ژمارە دووھەم)).

ھەموو کەس ھەزى لئبە براوھ بئت

- ھەموو دەیانەموى براوھن و سەرکەوتن و دەدەست یئنن، بۆ گەشتن بەو مەبەستە گئانی خۆیان دەخەنە مەترسى یەو و زۆرن ئەوانەى نازانن بۆچى و لەبەر چى؟

هم دوراو و هم براوه

- جاري وايه كه سينك له ميدان دا دهياتوه و جاري واش هميه
هر نهو مرؤفه دهينؤرپتي..

ترس له بهريوونهوه

- نهو كه سدي بهردوام خوازياري گهشه و بهرو سهر چوونه، دمي
چامرواني نهموش بكا كه رؤزي توشي گيژ بوون و ژانه سهرديت.
سهرگيژ بوون چيه؟ ترسانه له كهوتن؟ نهی بؤچي له سهر گوي سوانه
پاش شووردي بالاخانيه كيش توشي سهره گيژه دمي؟ دياره سهر گيژ
بوون شتيكي جياوازه له ترساني مرؤف له بهريوونهوه. لمر استيا
مهوداي بؤشاي ژير پيمانه كه تيمه بهرو خوي په لكيش ده كا و
تهواوي گيانمان ههست به ترسي بهريوونهوه ده كا. ترس له بهريوونهوه
مرؤف ناچار ده كا تاو بياته تاوان و كاري درنانه نه نجام بدات.

دوور و لاتي

- نهو له غهرييدا دژيا و بييش بوو لهو تۆره پر له هينايه تي و
لينك تيگيشتنه مرؤفه كان، كه ههر مرؤفي له نيشتماني خويدا
خاوميه تي. دوور لهو شونهي كه ههمو كس له گهل بنه ماله كهي،
هاوكار و ياوراني پينكهوه دژيان و به ناساني و بي مانوو بوون بهو
زمانه ي كه له منالي يوه پتي ده دوا، ده ناخاوت.

کاریگری پادا هلدان و زمان لووسی

- مرؤف چمئد ناسان و به سادیمی ده کهوئته ژئیر کاریگری زمان لووسی یهوه نهوی دمیسی پئیوايه راسته. نهوه دهرنجامی خۆپه رستی و یاخی بوونه و به لگه یه له سر یی نه زموونی. دمی بزانی که هه نئیی کهس بۆ گه یشتن به نامانج و به رزومندی یه کانیا، دست ده کهن به زمان لووسی و پیا هه لدان و چۆ کئادان له بهرام بهر کهسانی تر دا..

هه موان ئاقاجی پرشنگی نیگای کهسانی تون

- به گۆزهی جۆری نهو چاو تیرینهی له ژياندا پۆیستان پیه تی مرؤفه کان دهنه چوار بهش:..

۱- دستیه ک چاویان له تیرامان و چاو تیرینهی تیکرای خه لکه، که بریتین له گۆزانی بیژ و نه ستیره سینه مایی و...ه کان.

۲- له ناو نهو دستیه دا کهسانی هه ن نه گهر به شیکیی زۆری دوسته کانیا به چاوی ریزه وه سیریا نه کهن. قعت بۆیا نالوی بژین. نهوانه یی ملندوو بوون هه زیان له میوانداریه.

۳- تاکه کانی نهو گروپه پۆیستان به وه هه یه که له ژئیر پرشنگی پروناکی چاوه کانی یاری دلخوازی خۆیا ندا بژین و نه گهر چاوی یاری دلخوازیان به ترووکی، نیتر بوونی نهوانیش نوقمی تاریکی دمیت.

۴- تاکه کانی نهو گروپه ش له ژئیر پرشنگ و رۆشنایی تیروانینه کانی بوونه وه رانی نادیا ردا ده ژین.

جېژى زيان

- ھېچ شتى بۇ مرۇف لە ژيان شيرين ترنى يە. ھېچ شتى بەنرختر لەكات و ھېچ شتى ھېمن تر و دلگيرتر لە پيوماندى لەگەل زوى و گيا و ھەلژىنى ھەواو بۆنکردنى عەترى غونچە گولەكان و بېستى ھەراو و ھۆرياي دىنگەكان و ناوازي بالەندەكان، نى يە.

لە باش مردن، چ شوئەوارنگت جى ھىشتوو؟

- نە و چ شاكارىكى كردوو كە بۇى بىلوى وەك كارىكى خىروپەسەند لەگەل خۆى دا بۇ بەردەم دادگاي پەر دادوورى پەروردگارى بەرى، و چى لەباش خۆى بەجى ھىشتوو بۇ نەوى مرۇفەكان يادى بكەنەو. نە سەرپەرشتى منداىكى كردوو، نە دارىكى چاندوو، نە بەردىكى خستۆتە سەر بەردىك بۇ نەوى مالىك دروست بكات، نە توورە بوو و نە سۆزىشى نواندوو. بى گومان نە و كەسە مانگىك دواى مەرگى ناوى وەك وردىلە خۆلىك بى سەر و شوئىن دىيەت.

بەرژترين و پەسنترين مرۇف لە روانگەى كۆنفوسىوش

- لە روانگەى كۆنفوسىوشەو مرۇفى گەورە تر و رېزدار تر لەگەل تىكرای مرۇفەكان ھاركارى دەكا. كاتى لار و لەوئەرەكان و مرۇفە پەستەكان دىيىنى، بىر لەو دەكتەو كەتا چ رادەيەك لە ھەلەى نەوانا بەشارە؟ بوختان و خەراپ وئژى بەلاو مەبەست نىە. بە نارېوا پەسنى كەس ناكە. بە چاوى سووك سىرى ھەژاران ناكات. لە وتارا

هینم و له کردلرا راست و دهسپاکه. له گوره و هاوارو زمان لووسی
خوی دهپاریزی، تیکۆشمر و به ههلسووره، گومانی له شتی ههبن
پرسار له خه لک دهکا. له کاتی توویش دا له ییری دهرنجامی کاره
کانی دایه. نه گهر هه لیککی بۆ هه لکهوت و بهرژومندی نهوی تیندا بوو،
له تهقوا خۆپاراستن له خراپه غافل نایی..

برتراند راسل فیهلسوفی ئینگلیزی دهلی:

- کاتی بۆمه نهتۆمی و چه که شیمیایی و میکروبی یه کان
خراپه کاری و نابهرامبهری، زۆر بلنی و مهقام پهرستی و نارهزوو بازی
مرۆفه کان دهینم، تینه گهم نهو مرۆفانهی که به دور و گه وههری
نازادی نیو بوونهوهر له قه لهم دراوین، چهنده له دروشانهوه به جیماون.

سهرکهوتن و پشوو دریزی

- ((ناپلیۆن)) دهلی: کهسانی سهرکهوتوو دهن که پشوو دریزی
زیاتریان ههین.

پیکهاتوو له کۆمه لیک

- نهو تیگه یشتبوو که هیچ مرۆفیک تهیا و یه ک پارچه و یه ک
دهست نه، به لکوو پیکهاته و تیکه لاوێکه له ڤهوشت بهرزی و بی
ڤهوشتی، پاکی و تاوان. تیگه یشتن لهم بابته و ناسینی دروستی
مرۆفه کان دمیتته هوی کهم بوونهوی چاو له دهستی و دهست پان
کردنهوه له کهسانی تر.

سادەیی

- ناسایی یه که کهسانی داوژن پاک و ناکار جوان و راستگو، هیچ کات دلیان ناچیت بهلای پهستی و دزی و فیل بازی و سه‌رینچیا. له‌ژیر شه‌به‌قی نهو راستیهی سه‌روه‌دا، سادیهی خالی هاو بهشی هه‌موو مروڤه باشه‌کانه. له‌م جیهانی پر ره‌هه‌ند و فرت و فیل‌ه‌دا ده‌کری سادە یی؟

کاتی موناچان

- دره‌نگی شه‌و نه‌و کاته‌ی خه‌ریکی پارانه‌وه بوو له‌ په‌روردگاری خۆی، نیگه‌رانی نه‌وه بوو نه‌کا جوی له‌ عیشقی مروڤه‌کان و تینورتی بۆ یه‌کسانی، به‌شینک له‌ خۆپه‌رستی شه‌یتان سیفه‌تانه ناوتیه‌ی به‌ندایه‌تی یه‌که‌ی بووینت. له‌به‌ر نه‌وه له‌ دلپاکی خۆی دلتیا نه‌بوو.

پیری

- تا نه‌و کاته مروڤ چالاک و به‌ جموجۆله، هه‌ست به‌ پیری ناکات. پیری له‌ هه‌ست کردن به‌ یی بایه‌خی و یی که‌لکی یه‌وه دیته‌ بوون. کاتی مروڤ و ابزانی هیچ که‌سی پتویتی به‌و نیه، هه‌ست به‌ ته‌نایی و یی که‌لکی و په‌ستی ده‌کات. هه‌ر له‌به‌ر نه‌ویه کاتینک کارنکی جوان نه‌نجام ده‌مین و گرفتگی که‌سی چاره‌ سه‌ر ده‌که‌مین. هه‌ست به‌ خۆشحالی و ناسووده‌یی ده‌که‌ین.

پوولی قەلب

- پوولی قەلب، ئەو پارەیه کە دیونکی ھەست کردنە بە پەستی و شەرمەزاری و دیوھەکی تری خۆبە زل زانی و یاخی بوونە.

دەلاوکی

- دەلاوکی مرۆفی نەم چاخە لەبەر نەویە کە خۆی نەناسیووە.

بۆ ھەست بە گەمی و پەستی دەگەین؟

- نە گەر خەلکان لێھاتوویی و ھونەرنکیان ھەیە، تێوش لە بوارنکی تردا لێھاتوویی و ھونەرتان ھەیە. کە وابوو پێویست ناکا خۆ بە گەم بزنن. مرۆفەکان پێکھەو یە کسان و ھەک یە ک نین. ھەرھەک روخساری مرۆفەکان لە یەک ناچیت، لێھاتوویی و توانا و تایبەتمەندی یە کناش ناگرێ یە کسان و چون یە ک بن. لەبەر نەو نەو جیاوازی یە شتیکی سڕوستی یە و دەمی باوەر و قەناعەتمان پێی بیت و لێی ناگادار بین. پاش نەو کە زانیمان لە خەلک کە مەترنین نیتەر ھەست کردن بە پەستی و خۆبە گەم زانین مانایەکی نیە. پێویستە توانا و لێھاتوویی خۆمان بناسین و پەرورەدیان بکەین و دەریان بخەین و لەو لایەنەدا کە ھەست بە لاوازی دەکەین، خۆمان رابیتین و بریاری لێبرلوانە بدەین و لاوازیەکان نەھێلین.

بۆ ئەو مەندە موکۆرین

- بۆ ھێندە سوورین لەسەر نەو کە بۆ چوون و تێرانی شەکانی خۆمان بەسەر کەسانی تردا بسەپیتین؟

کهوته ژیر کاریگری

- کهوته ژیر کاریگری کارنکی زور ترسناکه. نمو کههسی زوو کاریگری لهسر ده کرت، دمنی سه رتا لمیری گرینگیی کاریگری و جوره که پیا یت و پاشان رازی یت شونتی لهسر دا بښت. به داخوه زوری بهی روناکییرانی ناروژناوایی، کهوته ژیر کاریگری و گوزرانی ناوهروک و که سایمتی یان به یه کسان زانیوه. کهمن نمو روضنبیرانمی که ونرای پارژگاری لمبچینه و ناسنامهی خویان له گئل نه نیشه و فهرهنگی نامودا. بهروروو بن. دمنی هر بیر و بو چوونیک له گئل بهرامبه ره کهی بهره و روو یت و خاله باشه کانی وهریگری و ونرای پارژگاری له فهرهنگی خوی دسکهوتی نوی ودمست یتن. نم شیوازه له چوونه ژیر باری کاریگری یهوه که بهرو پیش چوونه هاوکات له گئل پاراستنی بنه ما فهرهنگی یه کانی خوتنا ده کری به ((مؤدیزنیم)) ای راسته قینهی بزانی و پنی رازی بین به داخوه له کومه لگه ناروژناوایی یه کاندنا روناکییر زور تر بیر و فکره کانی له روضناوا وهره گری و فهرهنگی خوی پاش گوی دهخت. نه مه له حالیکلیه که روناکییری روضناوایی گوزرناکاریه فکری یه کانی خوی له کومه لگه کهی و نیاز و پیناویسته کانی خهلکی کومه لگه کهی خوی وهره گری و لهسر نمو بناغیمه که نموان بو خلکی خویان به کملک دینه بهرچاو.

گریانی پیلو

- گریانی پیلو تاله، تال تر له هر شتیک که بییری لیده که یته وه. به لام کاتیک که دل دهشکی، بهر له وهی دل که

بشکې، چاوه‌کان یو مهرګی نه و تازیه بار دېښ. به لامل دېلین نه و
 فرمیسکانه وه ګ نازار بهرینګن که به ناسانی ژان و نیشه دهروونی
 په ګان هینور ده که نه و و وه ګ گوتراوه: له ژياندا برینی وا هه په
 که وه ګ خور که ده که ورته ویزه ی گیان و هیچ هه توانی باشر و
 به ساریژ تر له دلوی سوری نه سړینی چاو نه.

ره‌ګزه جیاولزه‌ګان

- ناکړی حاشا بکړی لوه که له نیون دوو ره‌ګزه ی ژن و پیادا په کتر
 راکیشایتکی بهرچاو له نارا دایه. به تایه تی لهره‌تای لایدا و تا چهند
 سالی له ګه‌شمدایه. ینګومان نم راکیشمره به هیزه کار جولنی په کی
 خودایی له پشته و لمدوی نه ووه کومه‌لنی نه‌تی خویان حشار دلو.
 سروشتی په نم دوو ره‌ګزه خوازیری په کترن و نه‌ګر پشتیولنی نادیار و
 نیمانی به‌هیز له ګورپی نه‌ښ و به‌زامه‌ندی نه‌ښ، ناکامی کاره که
 په‌ستی و شهرمه‌زاری و ږوږشی ده‌یت.

بهشی دووهه‌م: دنیا

حافظ: خراو دمیژم و به وته کانم دلشادم
کزیله‌ی عیشقم و له هر دوو جیهان نازادم.

واسته‌قینه

- له هه‌موو شونتکات و بار و دۆخیکا کۆمه‌له‌بابه‌تیک به‌ناوی
حه‌قیقه‌ته‌وه دووباره ده‌کرتیه‌وه، به‌لام دواتر پروون ده‌یتیه‌وه که نهم راسته
قینه‌یه ره‌ها نه‌بووه، به‌لکو کهم و کوپ و ریژه‌یی بووه. نه‌گهر گه‌یشتن
به راستی ره‌ها مومکین بوایه، زیندوووون و گه‌ران و پشکنین و
دریژه‌دان و به‌رده‌وامی زانست، مانایه‌کی نه‌ده‌بوو. له‌حالیکدا له‌هر
بوارنکی زانستیدا گه‌شه و پشکه‌وتنمان بوویی و به راسته قینه‌یه‌ک
گه‌یشتین. کۆمه‌له‌بابه‌تیککی نه‌زانراو و په‌ی پی نه‌براو له‌به‌ر
ده‌مان قوت بوونه‌وه. نه‌و کاته ده‌کری بلیین له‌بابه‌تیکدا شاره‌زاین که
تیگه‌یشتنمان له‌و بابته له‌گه‌ل راستیدا یه‌ک بگرتیه‌وه. به‌لام چونکه
راستی و حه‌قیقه‌تی مه‌سه‌له‌کان به‌شویه‌کی ته‌واو ره‌ها نیه و
به‌ته‌واوی پروون نیه، پیوسته تیگه‌یشتن و زانیاریشمان به‌شویه‌کی
پڕژه‌یی و واقعی سه‌یر بکمین. که‌وابوو زانیاری و تیگه‌یشتن هه‌میشه

پژمیی و له حالی گهشه دایه. ژيانی راسته قینه و حه قیقی چیه؟ به
وتهی ((کافکا)): ژيانی به راستی و دروستی بریتیه له راست و پژی
و باشقول نه دان و نه شادرنهوی راستی یه کان..

گر و پژی ژيان

- سه رانهری ژيان له گر و پژی رهش و سپی هؤنراوتهوه.
هیچ باغینکی دلگیر لاشه ی مار و دوپشک نیه. تینکرای رهش و
سپیه کان، سوود و زیان، سه رکه و تن و تینکشکان و... ژيان پینک
دینن. سه رنج دان و تیگه یشتن له م تایبه تمهندی یه مرؤف له خه م و
گرفته دهروونی یه کان پرزگار ده کا .

شهمه ندهری ژيان

- دهلینی هه موومان له قهتارنکا دانیشتووین. پژینک له
ونستگه یه ک سوار دبین و پژینکی تر له ونستگه یه کی تر دادمه زین.
هیتدینک کس زوو دادمه زن و به شینکی تر درمنگتر دینه خوار و دستیان
له رزوک بووه و هیچ دؤست و یاورنکیان نه ماوه له نلو گالیسکه که یاندا
تا مالاوایی لی بکن.

دوونای سه رهوه

- شه، که له شه مداندا داگیرسیندراوه و خۆشه ویستی نه و له
دلا چه که ره ی کردووه، و دهسته یه ک دهوریان لیداووه و به شدارانی

کۆڭر دلیان پینی خوش کردووه و هه‌ریه‌ک له‌وان چاو دپیری و پارێزگاری ده‌کات، نه‌ویش له‌سه‌ر کاسه‌ی خۆی ده‌لینی سه‌ردار و سولتان له‌ لوتکه‌ی ده‌سه‌لاتا. که سپێده‌ی به‌یان دپی به‌ تاریکی شه‌و دا، هه‌ر نه‌و ده‌سته‌یه‌ لینی تاو ده‌ده‌نه‌ کێرد و چه‌قۆ و ملی ده‌په‌رێشن. به‌ سه‌رسامی یه‌وه‌ لییان ده‌په‌رسن: زۆر سه‌یره‌ نیه‌و به‌ درێژایی شه‌و گوێزایه‌ڵ و فه‌رمانبه‌رداری بوون، چ ڤویدا نیتا واو به‌سه‌ر هیتا؟ وه‌لام ده‌ده‌نه‌وه‌: سه‌رداری و خوشه‌ویستی شه‌م له‌ نزیک نیته‌وه‌ له‌به‌ر نه‌وه‌ بوو که له‌ پیتاوه‌ به‌خشینی ڤووناکیدا بۆمان ده‌سووتا. نیتا که سپێده‌ی ڤووناکی ده‌ر تاجی ناسۆی ڤوونی ناوه‌ ته‌ سه‌ر و په‌رشنگی به‌ جیهانا بێلا و بوونه‌وه‌، شه‌م بایه‌خی نه‌ماوه‌ و نیته‌ و ته‌ویش لیکنا ڤراوین. که‌وابوو خوتنه‌ری خوشه‌ویست وته‌که‌ی من به‌ نه‌زیله‌ نیته‌گه‌ که ((سه‌رومێ دونه‌یا وه‌ک سولتان و ده‌سه‌لاتی مۆمه‌ داگیر ساوه‌که‌یه‌)).

بولبول و میرووله

- بولبولنکی برسی سوالکه‌رانه‌ چوو بۆ به‌رده‌رگای میرووله‌ و ده‌ستی پان کرده‌وه‌. میرووله‌ وتی: تۆ شه‌و و ڤۆژ گۆرانیت ده‌گوت و منیش ماندوویی و نازارم ده‌چێشت. نه‌تده‌زانی که به‌هار پایزی له‌دواوه‌یه‌ و هه‌موو ڤینگایه‌ کیش کۆتایی هیه‌؟

بهشی سیههم: کۆمه‌لگه

سه‌رکه‌وتنی راستی ره‌وا به‌سەر بووچی ناره‌وادا

- نه‌گهر به‌مانه‌وێ له‌ زه‌مانیکی کورتتا سه‌بارت به‌ مه‌سه‌له‌ جو‌را و جو‌ره‌كان باس و لیکۆلینه‌وه‌ بکەین. له‌وانه‌یه‌ بگه‌ینه‌ نه‌و ناکامه‌ی که نارېوا براوه‌یه و حق و راستی دۆراوه‌. به‌لام نابێ نه‌و حه‌ره‌که‌ته‌ به‌چووک و زالبوونه‌ رووکه‌شه‌ی باطل به‌سەر حه‌قدا به‌ گرنه‌گ به‌زنه‌ین. چوونه‌که‌ ته‌مه‌نی جیهان زۆر له‌و کورته‌ زه‌مانه‌ زوو تێپه‌رانه‌ درئێ تره‌. نابێنکی خه‌یرا له‌ کورته‌ مینژووی جیهان نه‌وه‌مان بۆ روون ده‌کاته‌وه‌ له‌ گه‌ڵ هه‌موو سه‌ختی و دژواری یه‌کاندا به‌ شینیه‌کی گشتی جیهان روو له‌ گه‌شه‌ و پێشکه‌وتنه‌، که‌ نه‌مه‌ش سونه‌تینکی خوداییه‌.

گرینه‌کی دان به‌ به‌سەرچووان

- دوو له‌سه‌رسنی به‌سەرچووان واهه‌ست ده‌کمن خه‌لک نه‌وان له‌ کۆمه‌لگه‌دا به‌ زنده‌ ده‌زانن و زۆریه‌شیان له‌م تینگه‌شته‌دا راستیان پێکاوه‌. سیستی ده‌روون ناسی به‌ ناراسته‌یه‌کانا له‌ ره‌وته‌ییه‌ که‌ هه‌موو شتی بۆ لاوه‌کان و له‌ پێناو نه‌واندایه‌.

به‌ تێپه‌رینی رۆژگاری ته‌مه‌ن تاییه‌ته‌مه‌ندی یه‌کانی تاک گۆزانیکی نه‌وتۆ به‌خۆوه‌ نایینی و نایه‌وێ سه‌ره‌خۆیی ماددی و

مەنەمى خۇي لەدەست بىا و بکەمىتە ژنر سۆز و بەزەبى بەرە
 لاوانەو. کەسى بە سالا چوو بەلایەو گەنگە بايەخى پىنەن و وەک
 دەلین بە مەزۇقى بزانن! و لەکار و باردا پرس و ڤای پىنکەن. لە
 بەرامبەر گەورەترین بەلا و ناخۇشى يەکاندا پىرەکان باشتەر نارام
 دەگرن. بەلام توانای نەمیان نە کە خۇيان یى بەر و بەرەم بىینن.

سئ نامۆزگارى باوک لە جياتى میرات

- قەت ترست لە خەلک نەبى واتە کارت بەو نەدابی نەوان دەلین
 چى، چۆن بىردەکەنەو و چیان بە دلە؟
 - قەت نەکەمى بە داو و تۆڤى کۆکردنەوى شتە بى گيانەکان.
 چوونکە نەوان تۆ لول دەدەن و کۆت دەکەنەو و دەبە خاوەنت. چەنە
 زیاتر ببیە خاوەن، بەو رادەبەش دەبە پىتاک و خاوەنت دەبن.
 - سەرەتا بەخۆت پى بکەنە. هەر مەزۇتیک لایەنیکى سەمىرى شیاوى
 پىنکەننى تىنایە و هەموو حەزبان لىنە بە خەلک پىنکەنن. نەگەر بەر لە
 هەمووان بە خۆت پىنکەنى، خەندە و گەمەى کەس نازارت نادات.

باش بوون

- باش بوون و چاکەخوای شتیک نە جوى لەو کە تۆ
 نەنامىکى لىوێشەو و باشى کۆمەلگە کەت یى و دەستى یارمەتى بۆ
 کەسانى موحتاجى یارىدەى تۆن درێژ بکەى.

ھەول بىدىن گوفتارى نىيارانى خۇتان باش تىيگىن. كارى ھەر
رۇزىنكى زىياتان جوان تر و باش تر لە رۇزى پىشتىر جىبەجى بىكەن.
بەررۇمۇندى گىشتى كۆمەلگە لە سەرۋى بەررۇمۇندى تايىبەتى
خۇتان دابىتىن. لە كىردەھ و ناكار تاندا رىز و شەرف سەرمەشتان يىت.

نامۇزگارى باوك

- مير سىد شىرفى جورجانى كە لە سالى ۸۱۶ كۆچى مانگىدا
كاتى ۋەفاتى تىزىك بىۋە. كۆپەكى داۋى لى كىر نامۇزگارى
بىكات. باوك ۋتى: ناگات لە حالت يىت. كۆپەكە چەمكى نەم كۆرتە
نامۇزگارىسى لە ھۇنراۋىيە كىدا ھۇنىمە (كە كوردىيە كۆرتە كى
نەمىيە) ميرشەرفى رەھمەتى گىيانى شاد نامۇزگارى كىردم و گوۋتى:
گەر دەرەۋى بە ناسانى لە قىامتدا شاد و بەختيارى، بەرادىيە ك
گىرنگى بە كاتەكانت بىدە كە ناگات لە يادى كەس نەين .

كۆپانى خەلىك

- ھىتىدىك خەلىك بە گۆرنى پىشھاتەكانى رۇزگار و بە
پىرۋەھاتنى ژيان دەگۆرۋىن. ۋەك دىلەن رەنگى رۇزگار دەگىرن.
دوۋنى ۋا بوو و نەمۇرۇ جۆرنىكىتەرە. بۇ نەمۇنە دوۋنى باسى لە دىندارى
ۋا نايىن پەرۋى دەكرد و زۇرىش دىلگەرم بوو، بەلام نەمۇرۇ نەو دىندارە
نازلىكى خۇش لەۋرە ۋ نايىنپەرۋەرەكەش دىۋىنكى دىن دۇمەنە.

پتوهری وها که ساتیک بۆ ناسینی که سایه تی وئینسانی یه تیان
 بارو دؤخی رۆژگار. مرؤفی واقعی نهو که سه یه که خوی بنچینه
 و بنه ما و پتومرنکی هه بن، واته مرؤف خوی ده بی دیواری
 لیکناپرینی رهاو و نارها یی، نهک بارودؤخی کۆمه لگه و روشه
 و رهفاری نه م و نهو که هه ر رۆزه رهنگیک ده نوتن و رهو تیکی
 جینگیریان نی یه و بهرو ناراسته یه کی دیاری.

یاساکانی راونۆکردن

- لهو قسانه که هه ر خۆتان به لاتانهوه په سننن خۆ پپارژن. له
 بابه تیک بدوین که به رامبه ره که تان لئی تیده گا و هه زی لینه.
 - پیتان وانه بی هه ر نیوه مافی قسه کردتان هه یه و هیندیک
 جاریش گونگرنکی باش بن.
 - له گه ل نهو که سه ی قسه ده کا رووک و ناشکرا دزایه تی مه که ن.
 بۆ نمونه له جیاتی نهوه پئی بلین پینچه وانیه تۆ بیر ده که مه وه، یان
 ته ولو پینچه وانیه تۆم بلین به ته وای هاوړاو هاو فکرت نیم. ده بی بزانی
 که لانی که م خالیکی هاو به ش له وته کانی بیژمردا هه یه.
 - قسه به که س مه برن.
 کت و پر باسه که مه گۆرن.
 - سه به رت به وهی ده بیسن هه ز و مه یلی خۆتان دهرخه ن.
 - نه گه ر باسه که له بابه تی سه ره کی ترازا، دیسان بیگنر نه وه
 شوئنی خوی.

- تيمە كۆشۈن بۇچوونە تاييەتتە كاتتان بەسەر خەلكىا سەپتىن.
- روون و رەوان بدوتىن و ھەول بىدن مەبەستى خۇتان بە زوويى لە گونگر تىنگەپتىن.
- خۇ لە قسەى نازاۋەگىرانە پيارىزن.

تېڭكۆشۈن لە رەۋانە گردنى ديارىدا ماپە لە خۇتان دانىن

- باشتىن ديارى نەۋىيە كە ھەۋداى ھەلبەستەكەى لە كر و پۇى دلتان پىنك بى. زۆرىيەى خەلك گول دەكرن يا ھەر شتى كە دلىان ناسوۋدە بىكات و نەركى خۇيان پى نەنجام دالى. بەلام باشتىراپە لانى كەم چەند خولە كىنك كات تەرخان بىكەين و بىر لەۋە بىكەينەۋە كە چ شتى لايەنى بەرامبەر دلخۇش دەكا و خۇشى دەۋى.

ئاكرى چاۋمروانىمان لە خەلك زىاد لەۋەپى كە ھەن

- ناپا نىۋە جوى لەۋە كە ھەن دەكرى ھىچىتىر بى؟ بۇچى نىۋە ناتانەۋەى ھەموولن بۇچوون و تىنگەپتىنى نىۋەپان بە لاۋە پەسند بى و نەۋى نىۋە پىتان خۇشە، نەۋەپان پى خۇش بى؟. دەپى بزانن خەلكىش ھەر وا بىر دەكەنەۋە پىۋىستە بزانىن بەم شىۋازە بىر كەرنەۋە و خۇپەرتىيە ناكرى دۇست و پاۋەر بگرىن ومامەلەمان دروست و بە جى بىت. چۈنكە ھاۋرپى گرتن و بوۋنە ھاۋرپى پىۋىستى بەۋەپە كە رەچاۋى خەلك بىكەين و بزانىن كە خەلك بىر لە چى دەكەنەۋە و

هەستیان چۆنە و بە چى دەرهەنجىن و چى يان دەوى و چ ناتانجىيان
 ھەيە؟ بۆ تزيكبوونەو لە خەلك و تىگەيشتن لە كيشەو گرتە كانيان
 پىوستە تا رادەيەك لەخۆبودوو بين و نەوش ھەر لە مەزۇف دەوشيتەو
 و لە توناو ھىزى نەو داىە.

چۆن نامە بنووسين؟

- زۆرىەى خەلك كاتى لە گەل خەم و دۆستانيان دا ناخاوتنيان
 ھەيە، بە گۆرەى پىوست و گەلەك جوان قسە دەكەن. بەلام لە
 نووسىنى نامە دا لاوازن و كاتى كاغەز ديتە بەردەستيان نازانن چى
 بنووسن و ماوہەك بىر دەكەنەو و وشەو رستەيان كەم پيە، نازانم بۆ
 ناكەرن ھەر وەك خۆماليانەو سادە قسە دەكەين، ناواش خەريكى
 نووسين بين؟ چ پىوستە كە لە نووسىنى نامەدا وشەو رستەى دژوار و
 نەدمى بنووسين؟ بۆ ھەر دەمى لە سەر كاغەزنىكى گەورەو بۆ پىوستە
 ھەمووى پەر بکەينەو؟

بۆچى بە مەبەستى نامە نووسين پۆستكارت بە كارنەھينين؟ بۆ
 پوخت و بە سوود نانووسين؟ لە بەرچى لە نامەدا ھەر لە خۆمان
 دەوين؟ با كەمىكيش لە بىرى نەو كەسە دابين كە نامەكەى بۆ
 دەنووسين و لە جياتى نەوە ياسى خۆمان بکەين ياسى نەو كەسەو
 گرتە كانى بنووسين. با لە نامەكەماندا راوێژ لە گەل بەرامبەرەكەمان
 بکەين و داواى دەپرينى بىر و راي لى بکەين. يەكەنك لە نامە پەر
 كيشە و سەختەكان نامەى سەرەخۆشى يە. بۆ پستان وايە دەمى ببە

قەشەو مەلا و نەرمکی نەولن بە جەنی بێنن؟ باشتەرە نەم کارە ھەر نەوان
 بیکەن. پێوست نی یە سەبارەت بەو بەلایە کە ھاتۆتە پێش و گەرنگی
 ناخۆشی یە کە، قەسە بکەن. چونکە بەرامبەرە کە خۆی ھەستی پێ
 دەکا. دەکەن ناوا بنووسی: نێو دەرزان چەند خەمبارم. کارنکەتەن ھەمە
 لە توانای مندا ییت؟ لە نامە نووسیندا رەچاوی نەم خالانە بکەن.

۱- پوخت بنووسن.

۲- نەو ھەوالە بنووسن کە بەرامبەرە کە تان ھەزی لێیە.

۳- نامەی نەدەمی مەنووسن.

۴- لە سەر ھەر کاغەزێک و بە ھەر پێتووسێک لە بەر
 دەستابوو، بنووسن.

رەخنەیی منالان لە گەورەکان

- گەورەکان بە لێنی دەدەن بەلام بێ وەفان.

- گەورەکان کۆمەلە فەرمانتیک بە سەر گۆچکە کاندای لێدەدەن کە

خۆیان ھەرگیز کاری پێ ناکەن. بۆ نمونە: راستگۆ بن. دەستپاک بن.

- گەورەکان رینگە نادەن بچوو کە کان نەو جل و بەرگە بپۆشن کە

ھەزیان لێیە.

- گەورەکان باش گۆن لە قەسە منال ناگەرن و قەسەیان پێ دەبەرن

و بێ تێفکەرن وەلامی پرسیارەکانیان دەدەنەو.

- گەورەکانیش ھەلە دەکەن بەلام قەت دانسی پێدا ناگەرن و لە ملی

کەسانی تری دەپەستۆن.

- گهواره کان قمت نموه له بمر چاو ناگرن که منالیش مافی ههیه
 کام رنگی بهلاوه پهنه به جوانی بزانی و شتیکی خوش بویت.
 - گهواره کان زور جار دوور له دادگهری، مناله کان سزا دهمن به
 جۆرنک هاوسهنگی یه ک له یتوان ههله و توندی سزا که دا نی یه.
 - گهواره کان به رواهت دهلین پاره گرنگ نی یه. بهلام به جۆرنک
 باسی دهکمن که گرینگترین شته.
 - گهواره کان درو دهکمن بهلام به مناله کان دهلین درومهکمن.
 - گهواره کان زور دهست له کار و نهیتی مناله کان ومردهمن و
 هه میسه بهرنامه کانیا به ههله دزمان.
 - گهواره کان باسی نهو کارو شتانه دهکمن خویان به منالی
 کردوویانه. بهلام قمت له بییری نموه دانین که منالانی نه مپرو چی
 یان دهوی و دهیانهوی چ بزانی؟

ژیر و لاواز

- له رووی به جیهیتانی نه مرک و رووبهروویونه وهی گرفته کانی
 زیاندا خه لک دوو بهشن. ۱- ژیر و له کارزان. ۲- لاواز و بی هیز.
 مرفه ژیره کانش دوو بهشن.
 بهشینکیان بهر له روودانی رووداونک و سه ره لمانی خراپه و
 گرفتیک چۆنه تیه که ی زانیوه و به گۆره ی توانا بییری له چاره سه
 کردۆتوه بۆ رینگرتن لهو رووداو و گرفته.

به‌شینکیتیران کاتنی رووسه‌رووی به‌لاو خراپه و کیشه‌که دهنه‌وه. ده‌سته‌ستان دانامیتتن و توشی سه‌سامی و نارېه‌تی له راده به‌دور نابن و به پېنجه‌وانه‌وه به شیوازنگی دروست بیر له چاره‌سر و نه‌هیشتنی ناخوښی په‌که ده‌که‌نموو کاری بۆده‌کن.

مروښی لاوازو بی توانا لېه‌اتوویی پېشبینی و دوزینه‌وهی چاره‌سرو بیر‌کردنه‌وهی دروستی نی یه‌و نه‌و کاته‌ی کیشه‌و گرفته‌کان به‌روووی دهن، سه‌سام و سه‌رگه‌ردانه‌و هیتزو نیراده له ده‌ست ده‌دا. هوکاری سه‌ره‌کی ده‌ست رویشتوویی، سه‌رکه‌وتن و به‌خته‌وهی، ژیری و له‌کارزانی یه‌و یه‌که‌مین پایه‌ی نه‌م ژیری یه‌ش راوړه له گه‌ل زانایان.

پشت به‌ستن به‌هاوړی و یارانې بی نه‌زمون دووره له ژیری . که‌وابوو خو‌پاراستن له دوژمنی فیل‌باز نیشانه‌ی ژیرییه.

پېوهندی نه‌خلاق و نابووری کۆمه‌لگه

- له کۆمه‌لگه فره‌رگه‌زو ناکوکه‌کانا که به‌رژومندی به‌شینکی خه‌لک له سه‌ر زارو زمانې که‌سانی تر دابین دهن، خه‌لکان مل له پېشېر کي دهن. نه‌خلاق وای به‌سردی که که‌سانیکي ناو کۆمه‌لگه سه‌رگه‌رمی ناموژگاری بن و خو‌شیان به‌وته‌کانیان کار نه‌کن که له راستیدا نه‌مه جوړنک دووړوویی یه. له وها بارودوخینکا نه‌خلاق وه‌لا دهنی و به‌دوودلی و گو‌مانه‌وه سه‌یری ده‌کری و دهرمنجام و ناکامی نه‌ومش سه‌ره‌لنای قهرانی قوولی کۆمه‌لایه‌تییه.

هەر له و کاتهوه که خاوه ندرستی تایبه تی و که ره سه کانی هاتو چۆ گه شه ی کردووه. له تهواوی نمو کۆمه لگانه دا که نهم جۆره خاوه ندرستی یه هاته دی. نهم یاسا نه خلاقیه ش دانرا که نابین کس ده سترنژی بکاته سهر مالی که س. که وابوو کۆمه لنی بریارنامه ی نه خلاق ی هەر کۆمه لگه یه ک ره نگدانه وه ی بارودوخی نه و کۆمه لگه یه.

هیلانه ی ماله وه

- چیتزی ژبانی بنه ماله یی و که شی مه عنه وی پر له ناسووده یی نه و هیلانه یه . باشتین دژه ژاره بۆ رینگری له خراپه و چاره سه ری به دره وهشتیه کانه. نه و دایکانه ی سست و لاوازن له په روهرده کردنی مالی خۆیان دا. مناله کانیش ده خه نه بهر مه ترسی به دره وهشتی کۆمه لایه تیه وه. سه رژمیرییه کان نه وه نیشان ده دن که نه خۆشییه په ره ستین و سامناک و ماله وزانکه ره کان له و که سانه وه سه ره له ده دن که گرینگ ی به ژبانی بنه ماله یی ناده ن. نه و منالانه ی که له باوه شی پر له سۆزی دایک و هیلانه ی پر له هیمنی و خۆشی بنه ماله یان دوور ده خرته مه وه و ره وانه ی باخچه ی ساوایان و دایه نگه کان ده کرتن، ناساییه که هه ز و مه یلیان له مال و بنه ماله یی بوون نامیتنی و له دهستی ده دن. روون و ناشکرایه زۆریه ی نافرمانی فریودراو و لادراو له ره وهشتی په سند، له هیلانه و ناوه ندی ماله ویزانه کانه وه هاتوونه دهر.

كارىگەرى بەدېرەۋىشى لە سەر ئاكاگە كەلگە

- مەرۇف كاتىك لە ژىنگىيەك دا خۇي دىيىنىتەۋە كە بەدېرەۋىشى تېنەيە، بەرە بەرە لە گەلى رادى. بە جۈرئەك نەك ھەر بە گزىدا ناچىتەۋە، بەلكى دەيكاتە بەھلەنە و پىشتەمالىك و كىردارە ئاپەسىندە كەلگە خۇي پىن پەردەپۇش دەكاۋ لە بەر خۇيەۋە دۇلى خەلىك ھەممۇ خراپىن، بۇچى ھەر مەن باش بىم؟ نەم جۈرە بىر كىرەنەۋە و تىگە يىشتىن و بەلگە ھىتەنەۋە، رىنگە بۇ غەيىخۋازى خۇش دەكا و ئاكامە كەي دىرئەھانە بە بەدېرەۋىشى لە كۆمەلگەدا.

دەلەراۋىكىنى كۆمەلگە كەلگە نەم چاخە

- لە ژىيانى ھاۋچەرخى نەمۇماندا كۆمەلە ھۆكارىك دەنە ھۆي دەلەراۋىكى و ئانارامى و ئاكامە كەيان سەرھەلەنەن و پەيدا بولۇنى نەخۇشى جەستەيى و روحيە. گوتراۋە گىرەنگىدان بە بەرئەۋەندى گەشتى كۆمەلگە و رىگەرتەن لە سوۋد پەرسىتى و بەرئەۋەندەۋازى بىن سىۋورى فەردى، چارەسەرن بۇ ئارەھەتى و دەلەراۋىكى.

بوۋى ئارەھەتى دەرۋىنى و دەلەراۋىكى، كۆسپەن لە بەردەم چالاكى بىناتەنەنەي زانستى و ھونەرى دا، لەم بارەۋە ((مىكلانژ)) دۇلى: مەرۇف بە ھىزى بىرە مىشك و تەنە دەكىشى نەك بە دەستە كەلگە. ھەر كەس بىرەنە كىرە گىرەۋەي كىشەي جۇراۋەۋە دۇر بە ناسوۋدەي كۆمەلەيەتى يىت، نىتەنە ئاتەۋەن بەرەمەنى بىخولقىتىن و شۇنەۋەرنى بەجى يىلنى.

کارىگەرى داۋىن پاكى لە كۆمەلگەدا

- نەواندى لە كۆمەلگەدا داۋىن پاكى و ھەول و ماندوويويان ھەمىيە و لە نىش و كارا پشوو درىژن، بوونە پىشونى و نەوانە و سەر مەشقى خەلک و باش ترين خزمەتپان بە ولاتى خۇيان كىردووه. چونكە سەرمەشقى و پىشەروى بە كىردووه لە كارى باش و بنیات نەردا لە ھەموو ھۆكارىنك زۆرتر كارىگەرى لەسەرپرووح و دەروونى مەروۇف دەكا. نەو بابەت و كىردار و وتارى كە مەروۇف پۇژانە لە شەقام و كۆلان و ژيانى پۇژانەى خۇيدا بەدى وىستى خۇى لە خەلک فەيزيان دەمى، زۆرتر و كارىگەر ترن لەو بابەتەنى دەيانخوئىتەوه. يان وەك نامۇژگارى دەدرنن بە گوئىدا. لىرەدايە كە پۇلى گرینگى نەندامى داۋىنپاكى كۆمەلگە دەردەكەوى. بە گوئىزى وتەى (انستوارت مىل)ابايەخ و گرنگى ھەر ولاتى پەيۋەستە بە چۆنىمىتى تاكەكلنى كۆمەلگەى ولانەكەوه.

بۇ نەوى تاكىكى بە كەلكى كۆمەلگە بىن، پىۋىستە زانستى ژيان و شىۋازى ژيان فەيزىن، فەيزوونى وەھا دەرىنكى گرنگ نەركى ھەتتى سەر شانى ھەموو تاكەكلنى كۆمەلگەيە.

بىرمەندىك دەلىن: كەلك و سوودىنك كە لە ھەلسو كەوت و مامەلە لە گەل پاكاز و چاكاندا پىم گەشتووه، بە چەند قات زىاترە لە تەواۋى نەو كىتپانەى كە لە درىژاى ژياندا خوئىندوومەنەوه.

بینهران

- زۆریه‌ی خه‌لک ده‌چنه‌ گۆره‌ پانه‌کانی پینشرک‌نی و سه‌یری ترومبیل و که‌سه‌ سوتاوه‌کان ده‌کمن.

رازی کردنی خه‌لک

- ((ابن مقفع)) ده‌لی: ناکرێ ره‌زامه‌ندی تیکرای خه‌لک ده‌سته‌به‌ر بکه‌ین. ژیرانه‌ نه‌ویه‌ که‌ له‌ هه‌ولی رازی کردنی زانا و چاکه‌ کاران دابین.

قبول کردنی گۆرانی بار و دۆخ

- کاتی‌ک خه‌لک هه‌زار بن و که‌وتنه‌ ژیر باری گرانی قه‌رزداریه‌وه‌، رازین به‌ گۆرانی بارودۆخه‌ که‌ به‌ هه‌ر ناراستیه‌ که‌ین.

پنکهاتن و لێک قه‌یه‌شتن

- نه‌و کاته‌ی خه‌لک هه‌شتا لاو و تازه‌ پینگه‌شتون و ناوازی موسیقی ژایان سه‌ره‌تای پنکهاتنه‌تی، ده‌توانن به‌یه‌ که‌وه‌ نه‌و ناوازه‌ دابنن و راوێژ و وت و وێژ بکه‌ن. به‌لام کاتی خه‌لک له‌ ته‌مه‌نی بالاتر و گه‌وره‌تر له‌ گه‌ل یه‌ کتر به‌روو ده‌بن، ناوازه‌کانی موسیقای ژایان تارا‌ده‌یه‌ک ته‌واو بووه‌ و هه‌ر قسه‌یه‌ک له‌ وشه‌دانی هه‌ر کامیاندا واتایه‌کی تری هه‌یه‌ و وت و وێژ و راگۆڕینه‌وه‌ و رێکه‌وتنیا‌ن به‌یه‌ که‌وه‌، ده‌کرێ بلی‌ن کارنکی نامومکینه‌.

چۈن كۆمەلانى خەلك بدوئىنى

- لە دلەو كۆمەلانى خەلك بدوئىنى نەك ھەرسەر زارەكى وبە گوزرى تىگەيشتن و بىرى خۇتان. پئوستە لە رېنى دابىن كردنى پئوستى يەكانى خەلك و منالەكانيانەو، رىنگە بەرىنە ناودلىان. دلى منالان بە نوقل خۇش بكة و خواردن بدە بە خەلك و سەردانى نەخۇش بكة. بەخشىنى دىارى و يادگارى و وەديھىتەنى خۇشەويستى دەيتە ھوى بە ھىر كردنى پئومنى دۇستانە.

نامۇزگارى مەل بۇ راوچى

- راوچى برپارىدا نەو مەلەى رلوى كرد بوو و گرتبوى نازادى بكا و لەبەرامبەردا مەل نامۇزگارى رلوى بكات. نامۇزگارەكان برىتى بوون لە دوو نامۇزگارى بەر لە نازاد كردن و نەوى ترين پاش نازادى

مەل گونى.

- ۱- ھىچ كات باوەر بە قەسى نەشیاو و مەحالى مەكە.
- ۲- خەمى رابردوو مەخۇ. مەل پاش نازاد بوون لە شەقەى بالى دا و لەسەر پەلى دارى نىشتەو و وتى: لەناو قەفەسەى سىنگمدا گەوھەرنكى بەقەد ھىلكەى مرىشكى ھەيە. راوچى بە بىستنى نەم قەسە ھەم باوەرپى كرد و خەفەتیشى خوارد كە بۆچى مەلى نازاد كرد. مەل وتى: چوونكە كارت بە نامۇزگارى يەكەم و دووھەم نەكرد، سىيەمم لى نابىسى.

ناشتکردنه موی دوزمان

- نووسه رینک له مباروه دهلي: ده کړی نه سپه کان تا رڅخی
ناو بېرته.

به لام ناکړی ناچار یان بکهی ناو بخونه وه. ده کړی دوو دوزمن
له دوری میږی ووت و وټر کؤ بکړنه وه. به لام ناشت نابنه وه.

دیاری کړن و پروون کردنه موی گړنگترین کیشه کان

- ((هیلوټ نه شمیت)) راورټکاری پیشوی نه لمان که
لایه نگرینکی تایبه تی گه شوی نابووری و کومه لایه تی ولاتانی
جیهانی سینه مه، دهلي: بؤچی نه م ولاتانه گرفت و کیشه کان یان
دیاری ناکه؟ بؤچی هه ولای خویان لهو یوارانه دا پره پی نادهن
که ده کړی سه باره ت به وان چاره سه رینک بدوزرته وه.

قوربانی قوربانیه کان

تیمه له پیتناوی قوربانییه کاندا بوینه قوربانی. ږمگه
قوربانییه کان نه میا تونیا نه موی لینی یتاگان فیری نیمه ی بکه ن.
باوک یان دایکی نیوه که نه یزانیبی چون خوی خوشبونت، مه حال
بووه بتوانی خوشه ویستی فیری که س بکات.

خالیکي گړنگ له بانگه پښتنی کومه لي میوان دا

- کومه له که سیک بانگه پښتن ده کهینه میوانی به یی ره چاو کردنی
نمونه که چ خالیکي هاویه شیان به یه کهوه همیه. خال و بابو تگه لنی که

بۆ ھەممۇ بىيان سەرنەجر اکتىش بىي و سەبارەت بەوان بىيرو را نىل و گۆر
بکەن. نىمەش لە خستە رووی وھا بىلەتیک کە مەترخەمین.

نىمە بە کەوشى بىرقە دارو پانتۆلى قەد نەشکا وە دىن و نازانین
دەمانەوئى چ بلىن؟ نە گەر لە یارى تۆپى پىدا ھەر یاربچىيە ک
بىەوئى لە بەر خۆيەو شەوت بکا و کەس تۆپ نەداتە کە سىتر، یارى
یە کى گەرم و باش نایین لە گۆرەپان دا. ھەر بەو جۆرەش نە گەر لە
مىواندارى یە کدا تەنیا یە ک نە فەر قە بکا، رىنگە نە دا کەس لە فزى
بگەرئى، کۆرە دانىشتنىکى پەر لە مانەو بىمان دەیت.

پىرستە بزەنن کە وت و وىژ، کارنىکى دوو یا چەند لایە نە یە واتە
بەخشین و وەرگرتەو، کردەو و دژ کردەو یە و لە راستىدا بەرجەستەو
پەیدا کردنى پىشەندى نىولن زانىارى و بىروپراجىاوازەکانى خەلکە.
کۆرە مىواندارى، پەر وەرە و کۆبوونەوئى حیزبى نىيە.

پەرە لادان لە سەر راستىيە ک لە زمان مەلەیکەو (شالى ھەرامزادە)-
(کرىستن نەندرسن)) چىرۆکىکى ھەيە کە ناوەرۆکە کەي بە زمانى
خۆ مالىانە ناوایە. دوو بەرگەر و ھاتنە شارنک و پاشایان فرىو داو
گوتیان: نىمە لە ھونەرى بەرگەر وئى دا مامۆستاین و جواترین جل و
بەرگ کە شایانى قەدوبالای گەرەپىاولن یت، دەوورین. بەلام لە
ھەمووى گەنگەر نەو یە کە نىمە توانای دوورینى جۆرە لىبائىکمان ھەيە
بۆ پاشا کە ھەرامزادەو یىژو نایینن و ھەر ھەلەزادە دەیینن. پاشا بە
خۆشحالىيەو رەزامەندى دەپرئى و فەرمانى دا برئىکى زۆر زىر و ھەودایان
بەخەنە بەردەست بۆ نەوئى جل و بەرگى بەو تايبەتەندى یە سىحراوى یەو

بدوون که کری له زړو پوی له سیمی زړین یی. خبیاته کان پارو زړو
 سیمیان وو گرت و کارخانه کی پان و بمرینیان دامه زرانو بی نهوی
 پارچمو زړو سیم به کار یخن. زور و مستایانه دمستان له بوشایی دا
 دهوولاندن دهتگوت سرگرمی جل دوورینن. رورژیک پاشا سرؤک
 وفزیری روانی لای خبیاته کان کرد به مبهستی یینینی جلی نیو دووراو.
 به لام سرؤک وفزیر چهنی رونی هیچی نهینی. له ترسی نهوه که
 نه کا خه لک تیگا لهوه که حرامزادهیه. زور به جیدی کموته پیا
 هه لئانی لیباسه که و باسی گورهمی هونرو شارفزیی خبیاته کانی ده کرد
 و هموالی دا به پاشا که کاری جل دوورینه که به باشی دپرواته پیش.
 فمرمانده و گهوره پیاولنی تری کوشکی پاشاش بمره بهرو به نوره
 سردانی خبیاته کلیان ده کردو هموویان که دوی نه یینینی لیباسه که
 هه ستیان به حرامزادهی خویان ده کرد. نو راستی یه تالمان دهشاردوو له
 پیا هه لئانی خبیاته کان و باسکردنی لیباسه که دا پشپر کیان ده کرد.
 سرفجام پاشا سهری هات و به مبهستی پوشینی بهرگه زړینه
 سحرای یه که روی کرده بهرگدرووی سدهغه تی. دیاره خو نهویش
 هیچی نهینی و لبر خویمه گوئی: نه گهر بلیم هیچ نایم. ناشکرا
 دمی که من ته نیا که سینکم له تیر هه موویاندا خه لال زاده نیم. پویه
 نهویش به نارهمتی و کم باوریموه به ناچاری باورپی به بوون و جوانی
 و ناسکی لیباسه که کرد و له بهردم ناوخته وستا بو نهوی ییکاته بهری.
 خبیاته فیلبازه کان دهچونه بهردم پاشا و دهاتهوه لای پشی و لیباسه
 خیالاییه کان ده کرده بهری پاشا و رنکیان ده کرد و پاشای بیچارم به

رووتی له بمردهستان وستانبوو له ترسا قسهی نه ده کړد. سهرمنجام
 رنورسینکی گه وړه له شاردا وړنخواو خلک وهک عاده تی هه میشیان
 له مېروو بېری شقام راوستان و پاشای گه وړهش به رووتی و به وېری
 نه دمېوه به نارامی و وبقاروه به بمرده میاندا تیده پېری و دوو خرمنستکاری
 دهریارش کلکی جل و بهرگه که یان به دست هه لگرتیو تا له زوی
 نه درنت و پیاوونی کوشک و نه میر و وزیرانش به رنزو حورمهت و
 چاکمیزیه وه له دوی پاشاوه دپوښتن و خه لکیش هرچنده که سیان
 لیاسی له بهر پاشادا نه دینی، له ترسی نموه نموه ک به هر امزاده بدرته
 قهلم، به خوشحالیه وه هاواریان ده کړد و پیروزیایي نم بهرگه نوښه یان له
 پاشا ده کړد. له ناکاو له ناو نا پوړی هه شیمهت دا منالیک هاواری کړد:
 جا خو پاشا جلی له بردا نیه. بۆچی رووته؟ هرچنده دایکی مناله که
 ویستی یتدنگی بکا، نه یتوانی. مناله دیسان به پر رووییه وه گوته
 بۆچی پاشا رووته؟ ورده ورده یه ک دوو منالی تریش نمو قسینان دووباره
 کړدوه و هیتدی له خه لکه کمش به گومانه وه قسه که یان ده گمیانده هه مولن
 و زوری پښ نه چوو خه لکه که یه کنگنگ هاواریان کړد: بۆچی پاشامان
 رووته؟ بۆچی... و بۆچی...

د اب و نهریتی خوځانه

- بهرگی هر مرؤفیک نالای ولاتی بوونی نمو مرؤفیه. نمو
 نالایه له سهر درگای وجودی خوئی همل کړدوه و بهم کاره
 رایگمیانده وه که پښ و شوینی کام فهرهنگ و داب ونه ریتدی

گرتووه. چۆن نەتەوئەیه ک بە ڕێزگرتن و وەفا داری بۆ ئالاکەیی،
 باوەڕی قوولی بە مەسەلەی سیاسی و نەتەوئەیی خۆی ناشکرا دەکات،
 ناواش ھەر مەروئەیک مادام باوەڕی بە تێڕوانین و زنجیرە بایەخێک
 ھەیە و دڵیان پینغۆش دەکات، جل و بەرگێک کە گونجاوێک لێ گەل نەو
 بایەخ و تێڕوانینانە قەت داننن.

ڕێگای چارەیی ژیرانە

- کاتێک کە ((نازین ھاوێز)) سەرۆکی زانکۆی کۆلۆمبیا بوو و
 بە ڕەوێ بە سەرۆک کۆمار ھەلبژێر دەن، لێ گەل ژمارەئێک لێ
 نەمدامانی کۆپی زانیاری دا کە داوای دیداریان کرد بوو دانیشتن.
 نەوان داوایان لێ کرد کە لێ ڕێز و دەسەلاتی خۆی کە لێ وەرگرێ
 و کاری بکا کە خۆشە کاران بە سەر چیمەنی گۆڕەپانی چوار
 گۆشەیی زانکۆدا ھات و چۆ نەکەن. نەویش لێی پرسی بۆ لێ سەر
 چیمەنە کە دەپۆن؟

گوتیان: چونکە ئاسانترین ڕێگایە بۆ گەشتن بە بالاخانەیی
 سەرەکی. ((نازین ھاوێز)) گوتی: نەگەر وەک ڕێگە کە لێ لێو
 شوتنە وەردەگرن، ڕێگەئێک لێ دروست کەن. بەم شێوئێ گەشتە کە
 چارەسەر کرا.

بهشی چوارهم: یاساگانی زبان

دهمین له دهمی هیزی یرتان دامان

- بۆ به هیز کردنی ماسولکه کان و مرزش ده کهین نه ی بۆ له پیناوی بهر و سه ربردنی ناستی فکرماندا و مرزش ناکه ین. چۆن ده کری نهم جۆره و مرزشه بکری؟ به بیر کردنه وه. با خۆمان له گهڵ بیر کردنه وه راینین. ته نیا بین یا هاو دم له گهڵ ههڤالان با بریار بدین بیر بکهینه وه له سه ر بیرى نوێ پیکه وه راوێژ بکهین. له ماوهی بیست و چوار کاتژمیری شه و روژ دا کاتی وا همن شایانی نه وه بن تییان دا بیر بکهینه وه. ههلبهت پنیست ناکا کاتیکى دیاریکراو بیت. کاتی رویشتن بهرینگه دا، له ناو نوتۆمبیل دا، و کاتی چاوهروانی ناماد مېوونی خواردن ده کهین و... ده کری بیر بکهینه وه. بری له و کاتانه ی قسبان تینا ده کهین. با تایبه تی بیر کردنه وه بن.

چۆن هاو خه می خه لک ین و شه ور گێڕ ین؟

- هه ول مه دمن دلخۆشی به لایندراوان بدنه وه.
- کارینک مه کمن نه وان له بابه تی خه م و به لاکانیان به لارینا بهرن.
- مه ترسن له وه باسی نه و که سه بکه ن که تازه گیانی سپاردو وه.
- مه ترسن له وه که ببه نه هۆی دا یارینی نه سه رینه کان.

- لینگه رین به لالیندراوان قسه بکهن.

- به هه مووتان کهس و کاری مردوو دلتیا بکهن له وه که له کاتی ژیانیدا که متهرخه م نه بوون.

- به لالیندراو به تنیا جی مه هیلن.

- بۆ هاوړتی خه مبارو دل به خه متان کارو خزمهتی نه نجام بدن.

- له کارو باردا به شداری له گهل بکهن و ناچاری بکهن دهست بداته وه کار. چونکه دهستپکړنه وهی نیش و کار دهیته هوئی نه مانی خه م.

- همول به ن رزگاری بکهن له خۆ خواردنه وو چوونه ناو خۆیه وه.

مهرجی ژوبی

- ژیر نه و که سهیه بهر له وه رینگایه ک بگریته بهر، نامانج و مه بهستی خوی دیاری ده کات. و تا دهره نجامی کاریک هه لنه سینگینی دهستی بۆ نابات.

سامانی دنیا

- کۆکردنه وهی پارو سامانی دنیا وه ک خواردنه وهی ناوی سوړه .
چهنه زوړتر بیخویمه، زوړتر تینوو دمی، و ههروها کۆکه رووهی مالی
دنیا وه ک کرمینکه که به دوری خۆیدا پینچ ده کاته وه. چهنه زیاتر له
خوی نالی، قایمتر دمی و رزگار بوونی نامومکین دمی. سووربوون له
سر دنیا په رستی و خۆشمویستی له رادمه دمی مندالی خوت، باوک

تووشی کاری نیشیاو دهکات. هیتندی کس له سر نهو باورېن ژيان به نازادی و بڼ مېیلی سهارت به سامانی دونیا، دمېته هوۍ ژيانی خوش و مهرگی ناسووده.

نیاز و پټوېستی

- گهورېی و رتزی مروژ لوه دایه ناتاجی دهستی خه لک نه بڼ.
گوتراوه دارنک له ناو خوځ دا پروږی و له هه موو لاره به لای تووش بڼ، باشته له هه ژاره ناتاجی دهستی خه لک بڼ.
خوايه نه ومنده به شم بده که چاوله د مستی کس نه بڼ. هیتندم نه ده پستی
توم له بیر بچېتموه.

خوایتر له برینۍ شمشیږ

- برینۍ شمشیږ ده کړی تیمار بکړی و ناگر به ناو دامرکۍ و غم به نارام گرتن و عیشق به دابران له ناو دمېرن. به لام برینۍ زمان بیخاته سر دل که ده پټه هوۍ ږق و تووړېی و دوژمنایه تی، سارېژ ناکړی. به جوړی ده لښ: نه گهر ناوی هه موو دمریاکان به سر گړی کینه و تووړېی دا ږت بڼ دانامرکۍ. هه روه ها گوتراوه: فه وتاندنی دوژمن ناسانه به لام دوژمنایه تی رېشه کیش ناکړی.

له بهرنه وه به که ده بڼ له وه لام دانموه دا زور ورد و هوشیار بڼ به تایبعتی نه گهر به وه لام و قسه به رږموندی خه لک و که سایمتی

ناسکی نهوان ده کهوته مهترسییهوه. جانه گهر که سه کان نه فام و
خۆ په رست بوون هوشیاری زیاتریش پیوسته.

خۆبارتزن له م ههشت گروویه

- ۱- نهوانه که چاکه ی چاکه خوازان به کم بزائن.
- ۲- نهوانه که بهی هۆ توږه دهین.
- ۳- نهوانه که به هۆی ته مهنی درتووه یاخی و خۆ به زل زان دهین.
- ۴- نهوانه که ههولای برایه تی و هاورپیه تی به ناسانی ده پچرپئن.
- ۵- نهوانه که کۆیله ی نارمزه کانیانن.
- ۶- نهوانه که کاره کانیان له سهر بناغهی دوژمنایه تی بنیات دهئین.
- نهک له سهر بنچینه ی راستی و دیناری.
- ۷- نهوانه که به بی به لگه له خه لک به گومانن و تۆمه تباریان ده کهن.
- ۸- نهوانه که په ست و بی شهرمن و له راده به دهر. گالته ده کهن.

چۆن له گهل گرفت و دژواریه کان به رهو رووین؟

- هه میسه له ژياندا کیشه و دژواریمان ههیه له جیاتی هاوار و
گوراندن، پیوسته فیرین چۆن له گهل ژیان رایشین. گوربه و هاوار
و په شیمانی جوئ له به فیردانی کات و زیان گه یاندن به دل و
دهروون سوودینکی نی یه. له وارهوه پیوسته تیفکرین که چۆن
ده کریئ گرفته که چاره سهر بکهین و رینگه له سهر هه لدان و په یما
بوونی کیشه ی داهاتوو بگرین و نهم راهاتنه له گهل بیر کردنه ودا

نیشانه‌ی پیشکەوتنی مەرۆفه. هۆکارێکی سەرەکی یە بۆ ڕێ گرتن لە گرفت و دژواری خۆندنهوه‌ی میژوو و ناگادار بوونه له نه‌زموونی کهسانی تر. گوتراوه: مەرۆف ده‌بی به‌چاوێک سه‌یری میژوو و ڕابردوو بکات و به‌ چاوه‌که‌ی تر نه‌ستا و داهاتوو به‌بینی. که‌لک و سوودی لێکۆڵینه‌وه و پێداچوونه‌وه‌ی میژوو په‌ند وه‌رگرتنه له‌ سه‌رکه‌وتن و شکسته‌کانی.

قسه‌ گردن

- هه‌ندێک که‌س له‌جیاتیی کردوه و تێکۆشان هه‌ر قسه‌ ده‌که‌ن و له‌راستیدا ناسان ترين کار جی به‌ جی ده‌که‌ن. چونکه‌ کۆشش و کردوه زه‌حمه‌ت و قسه‌کردن کارێکی ناسانه. هه‌لبه‌ت قسه‌ و گوفتاری زانستی و به‌جی نه‌وه‌ندمه‌ش سادهمی یه‌.

لێره‌دا مه‌به‌ست نه‌وه‌یه هه‌ندێ که‌س چوونکه‌ خۆیان لێهاتوویی کاریان نه‌یه و هه‌یچان له‌باراندا نه‌یه. قسه‌ی نه‌وتۆ ده‌که‌ن که‌ شیای نه‌وه‌نین به‌کرتنه‌ کردوه و نه‌نجام به‌درێن. بۆ نه‌وه‌نه سه‌باره‌ت به‌ په‌روهرده‌ی منداڵی بابه‌تگه‌لێک به‌س ده‌که‌ن که‌ به‌ هه‌یج جۆر به‌ کردوه نه‌نجام نادرێن. نه‌وانه‌ خۆیان ته‌نیا بۆ جارێکیش منداڵیان په‌روهرده نه‌کردوه. بابه‌ت و مه‌به‌ستێک شیای جی به‌ جی کردن نه‌بن، چ سوودی هه‌یه؟ خۆشه‌رو گۆنگر هه‌میشه‌ سه‌باره‌ت به‌ بابه‌تی که‌ ده‌یخۆشه‌وه‌و ده‌ییسن، ده‌بی له‌ به‌یری نه‌ودا به‌ن که‌ نایا نه‌م مه‌به‌سته شایانی جی به‌جیکردن و کرداری یه‌؟. نه‌وه هه‌ر کاری که‌سانی سادو

لاوازه که له کۆږو رنۆرسمه کانا کاریان هه ر قسه کردنهو بیرو
 بۆچوون و تیگه‌یشتنه کانی خۆیان له سه‌رووی بیرو ږای خه‌لکه‌وه
 سه‌یر ده‌کهن و ره‌خه له هه‌مووان ده‌گرن. به‌لام بێ ناگان له‌وه که
 قسه‌کانیان له مه‌یدانی کرده‌وه دا گونجاو نی یه. هه‌ر نه‌وانه‌شن که
 به‌هۆی بێ نه‌زموونی به‌رنۆمه‌ری، ره‌خه له ده‌وڵت و رێکخوا و
 ناوه‌ند په‌روهرده‌یی یه‌کان ده‌گرن و له کۆږو دانیشه‌ کانا قسه‌و باسی
 نازاردەر دینه‌ گۆږی.

دادومری

- یه‌کیک له‌ کاره‌ مه‌ترسیاره‌کان دادومری بێ تیغ‌کریه. مرۆف
 که‌ شاره‌زایی و زانیاری یه‌کی نه‌وتۆی لانی یه، به‌ هۆی خۆپه‌رستی
 یه‌وه رینگه به‌ خۆی ده‌دا که دادومری بکا.

هه‌ندێ که‌س له‌ گه‌ل نه‌وه که‌ هیچ زانیاری، یان لانی که‌می
 زانیاری یان نییه، خۆ له‌ هه‌موو قسه‌و باب‌تیک وهرده‌دن و دادومری تێدا
 ده‌کهن. گومانێ تێدا نی یه‌ خۆ تێمردان و دادومری وه‌ها که‌سانیک له
 زۆر باب‌ت دا ییجی و ناپه‌سهنده. له‌م جیهانه‌ پان و به‌رین و پڕ کێشه‌دا کێ
 هه‌یه که‌ به‌ راستی با له‌ ته‌نیا بواری‌کیش دای، شاره‌زایی ته‌واو و بێ که‌م
 و کورتی هه‌بێ؟ بیرمه‌ندان و زانیانی گه‌وره و نه‌لدار له‌ کاتی قسه‌و
 ده‌رپینی بیروږای خۆیاندا به‌ردوام وشه‌ی... پیمویه... رام وایه، ده‌لێنه‌وه. به
 مه‌به‌ستی رن‌گرتن له‌ دادومری ییجی تا بکری به‌ تاییه‌ت له‌و مه‌سه‌له‌و
 باب‌ته‌نه‌دا که‌ ئێی بیتا‌گالین، ئای خۆ تێمورده‌ین و دادومری بکه‌ین.

نازانم

- وهلامدانموي بينجی يان وهلامی دور له ژیری، چندان قات خراپتره له وهلام ندانه وهو بهلگه نههیتانه وه. نهو وشه یه که دمبی زور دووباره بکرته وهو به خیرایی بگوتی وشه (نازانم)ه. خوزگه خو په رستی و خو بهزل زانی کم ده بو هو غیرهت و وره ی گوتنی وشه نازانم جینی ده گرتو وه.

بؤچی؟

- بؤچی کاتنی چاکه ده که یه هه میسه له بیرمانه و چاوهرین چاکه مان بدرته وهو پیمان وایه نهو که سدی چاکه مان له گهل کردووه ، دمبی لای هه موو کس پیمان هه لبللی؟ نهوه که بهردوام له بیر نهو چاکه داین و نهو چاوهروانی یه بی جی یه مان که دمبی چاکه وهرگرینه وه، خوی نه یارو دوزمنی کاری چاکه.

پنوسه هه ول بدمین نهو چاکه یه یه دیکمین له بیرمان وچی و نه م بانگه وازه سروشتی یه مان له بیر نه چی که قهت ((کرداری باش بی پاداش نایی)). له هه مووی خراپتر بؤچی کاتنی کردارنکی چاکه ده که یه چاوهروانی پاداشین؟ خو مامه لهو کرین و فروشتن نیسه شتی کمان داین و له بهرام بهریدا شت وهرگرینه وه.

هه‌لێژاردنی هاوسەر

- له هه‌لێژاردن و دیاریکردنی هاوسه‌ردا نێنی دایک و باوک خۆیان ببه‌ پێوه‌. به‌لکوو دهمی رینگه‌ بدن کوڕ یان کچه‌ که‌یان به‌ یارمستی ژیری و نازادی خۆیان نهم کاره‌ نهنجام بدن. پێوسته‌ دایک و باوک نه‌وه‌ له‌ مناله‌ که‌یان خالی بکه‌ن که‌ زۆر نه‌ که‌وتنه‌ ژێر کاریگه‌ری هه‌ست و نیه‌ساساتی خۆیه‌وه‌ و له‌ م پێوه‌ندی یه‌دا له‌ گه‌ڵ دایک و باکیاندا راوتێر بکه‌ن و له‌ نه‌زموونی نه‌ه‌ولن که‌ملک وهرگرن. نه‌وه‌ هاوسه‌رایه‌تییانه‌ که‌ ته‌نها له‌ سه‌ر به‌نه‌مای هه‌ستی گرگرتووی لاوی یه‌وه‌ داده‌مه‌زرێن و بیرو ژیری که‌مه‌تر له‌ه‌ولندا کاریگه‌ر بوون، زۆر ناخیه‌نن و ته‌مه‌نیان کو‌رته‌. به‌داخه‌وه‌ ده‌کری بلین زۆریه‌ی خه‌لک به‌ تایه‌ستی له‌ ته‌مه‌نی لاویا هه‌ستیاری و هه‌ست ناسکی یان زاله‌ به‌ سه‌ر عه‌قل و ژیری داو نهم زالبه‌ونه‌ش دلوی پر مه‌ترسی ده‌یه‌ته‌وه‌. نه‌گه‌ر مروف فیر بکری له‌ کارو باری خۆی له‌ گه‌ڵ به‌ سالاچواندا که‌ نه‌زموون و هۆشیاری زیاتریان هه‌یه‌، راوتێر بکات، رینگه‌ له‌ رۆژ و کاریگه‌ری هه‌ستیاری لاوی ده‌گری و کاری زیانبه‌خش و بی بنه‌چینه‌وه‌ دوور له‌ ژیری که‌مه‌تر روو ده‌ن. چه‌ندی مروف به‌توانی رینگه‌ له‌ ناره‌زووبازی و هه‌وه‌سه‌رستی خۆی بگری، ژیری و هۆشیاری به‌وه‌ سه‌رتوه‌.

خۆ لادان و خۆباراستن

- هه‌روه‌ک پێوسته‌ خۆمان له‌ که‌سانی نازاوه‌گیر و به‌دکار دوور بگرین، دهمی له‌ وت و وێژ و قسه‌ی بی بایه‌خیش له‌ و بابه‌تانه‌دا که‌

شارمزايمان له واندا نى يه، خو پاريزين. كهسانى هه ن كه چهند زاراوو وشه يه كى سياسى يان له ميشكى خوياندا له قالب داوهو بهبى نموه كه باوهرو زانيارى يان بهوان هه بى، له هه موو كوڤرو دانيشتنيكدا دهست ده كه نه هات و هاوارو نه م وشانه ده لينه وهو له كوژايى قسه كاندا نيحه تينه گهين كه هيچ كهلكمان لى وهره گرتن و نهك هه نه مه بهلكو بههوى خو بهزل زانى و خو به زانا زانى نهوانهوه كيشمو دوويه ره كيش كه وتوته نيوان به شدارانى كوڤره كهوه. له بهر نهوه پيويسته لهو وتمو باس و وت و وئزو راوئژانه كه بنه ماي راستى يان نى يه لهو بابيه تانه كه تنياندا شاره زانين، خو پاريزين.

دهسه لات و نيمان

- پيويسته ههول بدمين كاتى ده گهينه دهسه لات باوو و نيمان نه دوزينين. نه مه ديارديه كى ترسناكه له درژايى ميژوودا زوريه ي دهسه لاتداران له گهلى دهسته ويه خه بوون.

رهخه

- رهخه هوكارىكى زور پيويست و هه ره سه ره كى يه بو پيشكهوتن و گه شه كردن له تيكرى بواره جوړاوجوره كاندا. جيتى داخه كه زوريه مان له رهخه دهترسين ويه پيچموانهوه به په سن و پياهلدانى نابه جى و دوور له راستى خوشحال دبين. كهسانى هه هينده لاوازو له رزوكن له جياتى نه هيشتنى كه م و كورتى يه كان و كهلك وهرگرتن

له رهځنه، دهست له کار دهکېشنه وو مهیدان چؤل دهکمن. دیاره رهځنه گرتنیش یاساو رنسا په کی هه په که دهمی کهسی رهځنه گر شارفزیی هه بی. چونکه نه گمر له رهځنه گرتندا رهچاوی شیوازو یاسای رهځنه نه کری. کاریگه ریی پېنجه وانه و نیگه تیفی دهمی. نایی رهځنه له شیوازیکی نابړ و ویرانه و له یتو نابورهی جه ما و مردابی به جورنک که لایه نی رهځنه لښکیراو ههست به یتکشکان و پهستی بکات. پنیسته رهځنه بنیاتنه رو نیشاندی رینگه چاره ی کرداری یت. نهک ته نیا بریتی یی له رهتکړدنه وو دهسته تالکړدنه وی کهسانی تر. رهځنه دهمی به نه دهمو به زماتکی نهرم و دلسوزانه یت و دهکری هندی جار ناراسته وخژ و له شیوی پریاریش دا بخرته روو.

پنیسته نارام بگرین به مهبهستی به ناکام گه یشتن

- نه نجام و ناکامی کارو چالاکی یه کان به یه ک جار و کت و پر دسته بهر نایی. پنیسته به گه شه و پتسکه وتی هینانه و له سهره خو بازی بین. په مزی رزگاری و بهرو سهر چوون له وده دایه که مروژ له رینگای گه یشتن به نامانج دا. نارام بگری. راستی یه کی حاشا همل نه گره که دهمی تۆو بچینین و ناودیری بکمین و نارام بگرین تا نه و کته ی پنده گات و کاتی چنینه وه و درونه وهی بهرهم دیت. دیاره دهمی کاتی پنیست بۆ درونه و همل گرته وهی بهرهم رهچاو کمین و له هلی هه لکه وتوو که لکی باش و مرگرین. که نه مهش هونه رنکی مهزنه.

دهست پټوه گرتن

- نه گهر مړوف بیهوئ چاو له دهستی خه لک نه بی و جه سووری و به رزی گیانی خوئ به تابه تی له کاتی پیری و ینکاری و نه خوشیدا له دهست نه دا، پټیسته به قناعت بی و دهست به سامان و بوونی یه وه بگری و له سر نه م دهست پټوه گرتن و کم مه سره فی یه نارام بگری. نه وانه ی به رنامه یان هیه له خه رچی و دابین کردنی پټیستی یه کانیاندا و دهست پټوه ده گرن، خاوه سامان و دارایی ناو کومه لگن و نه وانه ی پټچه وانه ی نه م شینوازه ره فشار بکمن، ناکامه کی پټچه وانه یه. نه وانه ش که زنده رژی ده کمن و سامان و بوونیان به فیرو دهن، هه ژار و دهست کورتی ناو کومه لگن. پټیسته خه لکی دهست کورت و کم داهات فیری دهستپوه گرتن و ری و شوتی پاره خه رچ کردن بکه یز. نه مه ش هونه رنکی گه وره یه که پټیسته لئی شارفزیین. دهست پټوه گرتن و قنیات کردن نابنه هوئ سووکی و له نگی و که می که سایه تی مړوف. بی گومان قناعت و دهست پټوه گرتن باشتن له دروزه و سوال! چهنده شارفزیی و له کارزانی بو و دهست هینانی سامان پټیسته، پارترگاری لی کردن و دروست خه رچ کردنی نه و سامانه ش. پټیستی به ژیری و زانایی هیه. هه ننئ کهس که شارفزیی و ژیری یه کی نه و تو یان نیه، ونه رای نه وه که دهست کورت و کم داهاتن، لاسای سامانداره نه فامه کان ده که نه وه و مالی خو یان به فیرو دهن.

با به زوویی ناکۆکی یه کان چاره‌سەر بکهین

- زۆریه‌ی ناکۆکی و دووبه‌ره‌کی یه کان له‌سه‌ره‌تادا توند و گه‌وره‌ نین. به‌لام نه‌گه‌ر به‌ زوویی چاره‌سەر نه‌کرتن، به‌ره‌ به‌ره‌ وه‌ک پ‌نووی به‌فر گه‌وره‌ ده‌بن. هه‌ر له‌به‌ر نه‌وه‌ باشتر وایه‌ که زۆر به‌ زوویی و له‌ قۆناغه‌کانی هه‌مه‌له‌وه‌، نه‌و کاته‌ که کێشه‌کان کهم و بچووکن، چاره‌سەر بکهین.

به‌لێتی

- م‌رۆفه‌کان زۆر به‌لێتی به‌یه‌ کتر ده‌دن به‌لام که‌من نه‌وانه‌ی وه‌فادار ده‌بن و به‌لێتی به‌چی دێتن. نه‌وه‌ی له‌ قسه‌دا نازا بوو م‌ه‌رج نیه‌ کردار و هه‌لسوکه‌وتیشی واین.

د‌ل‌نیا بوون

- ی‌نگومان د‌ل‌نیایی و د‌ل‌ نارامی له‌ خه‌مباری و نا نارامی باشتره‌. گوتراوه‌: نه‌گه‌ر به‌ر له‌فرین سه‌رنجی هه‌موو به‌شه‌ جیاوازه‌کلنی فرۆکه‌ به‌مین و چه‌ند جار چاویان پ‌ینا بگێژینه‌وه‌ و د‌ل‌نیا بین له‌وه‌ که‌ ساغ و بی عه‌یین و ه‌یج شتیکی ج‌یی گومان و چاره‌سەر نه‌کراو نه‌ماوته‌وه‌، زۆر ژیرانه‌ تره‌ له‌وه‌ که‌ له‌به‌ر په‌له‌ په‌ل و سه‌رنج نه‌دان و ساده‌یی، که‌مێک پ‌ی‌سه‌وه‌ خه‌ریک نه‌بین و کاره‌ پ‌ی‌سته‌کلنی بۆ نه‌که‌مین و له‌ ناکامدا تووشی پ‌ر‌وودل‌وی نه‌خوازراو بین. گومانی تینا نیه‌ له‌ بارود‌وخی وادا هه‌مانه‌ هه‌لکێشان و خه‌ف‌ه‌تباری سوودینکی نی‌یه‌.

پنویسته نهم بابه ته له هه موو کار و بارنکی ژياندا و له هه پشه و هونه رنکنا و له مالم و دهره و مالم، شموبی یا رۆژ، کاری به چووک بى يان گهروه، بهر بهر سيارتتى فهدى بى يان كۆمه لايه تى، له بهر چاو بگيرى. خۆزگه هه ر له منالى يه وه نهم ناكارميان فيرى مرؤف كرد با. تا بوويابه به به شينك له نه ريت و تايبه تهمه ندى هه موولن.

چۆنیهتی

- ((ونگ شيا نوپینگ)) ده لى: گرنگ نيه پشيله ره شه يان سې يه گرنگ نه وه يه مشك بگري. ههروه ها گوتوويه تى گه رم و گورې شۆرشگيرى به ته نى به س نيه، به لكو پنوسته ناسته كانيش به ره و سه ر بېرين.

كارىگه رى نواندنى فيلمه سامناكه كان

- پرؤفيسۆرنكى راگه يته گشتى يه كان ده لى: به سه رنجدان له سه دونه وه د ۱۹۰ لىكۆلینه وهى نه نجام دراو له بواری ته له فزيۆن له ماوهى سى ۳۰ سالدا، گه يشتونه نه ناكامه كه پئومنى يه كى چر و پر هيه له نيوان فيلمه جينايى و مه ترسى داره كان له لايه ك و كرداره پر توند و تيزى يه كانى ناو كۆمه لگه له لايه كى تره وه. ههروه ها شاره زايه كى ترى به شى دموون ناسى زانكۆى كالفۆرنيا ده لى: به ورد بوونه وه له ناكامى لىكۆلینه وه كان، پئومنى يه كى

تريک له نيولن نيشاندانی توند و تيزی له ريځای راگيڼه گشتی
یه کان له لایه ک و ږه فواره ډرندانه کانی تاکه کانی کومه لگه له
لایه کی ترهوه همیه.

به جیه پشته نیشتمن

- له نوسراونک دا باپیرم داوای کردبوو ولات جی بیللم . منیش
بؤم روون کردهوه که ناتونم کاری وا بکه م ، چونکه دوور له ولاتم
وهک نهو دارانم به سمر دئ که بؤ کریسمیس دیانېرن. واته: نهو
کاجه بی رهگ و ریشو به دبه ختانه که ماویه کی کورت زیندوون و
پاشان جوانه مهرگ دمېن.

کاریگری شوومی خه م و ته نیایی

- ((دوکتور روبرتو)) دلنیا بوو له وه که ته نیایی و خه مباری
دمیته هوی زوړبوونی خرڅوکه سه رتانی یه کان. باشتړین دهرمانی
شیرپه نجه لای نهو که سانه یه که له سوزی خوښه ویستی
هاوسه ریان، یان هر سه رچاوه یه کی تری عشق به هره مه نندن.
چونکه کاریگری عشق له سر چاره سوری نه خوښی یه کان به
راده یه که که به هیژترین دهرمانیش توانای روویه ږووبوونه وی
نه وی نییه.

خۆ ناماده گردن بهر له چاوپیکه وتن

- کاتێ دەمانهوی له گەڵ کەسێ یان دامەزراوێک سەردان و چاوپیکه وتنمان هەبێ، پێویستە سەبارەت بەو بابەت و هونەرە ی پێوهندی بەو دیدارەو هەیه، زانیاری و دەست یێنین. نە گەر بمانهوی له گەڵ کەسێ یە کتر ببینین، پێویستە سەبارەت بەو کەسە زانیاری باش وەرگیرین و نە گەر پێویست بێ له هەسەل یە ک بدوین، باشتەر وایە بهر له دیدارە کە بێر لهو بابەتەو نەوێ دەمانهوی بیلێنین، بکەینهوه. پێویستە نموە بزاین کە زۆری خەلک بە تایبەتی له هەلسوکەوت و مامەلەدا، کە یفیان بە قسە ی زانستی و زۆر جیددی نایەو زۆرتر حەزیان لێهە سەبارەت بە ژیان، خۆراک، پێشەو ناو وههوا قسە بکەن. قسە کردن له تاقە بابەتێک دمیتە هۆی ماندوویی و یتمەیلی و گۆی پێنەدان. جانەو بابەتە هەرچی بیت. باسی پێشە، یان نەخۆشی یان خۆمان، یا پێوهندی بە منالانەوه هەیت.

نە گەر بۆ یە کەمجار له گەڵ کەسێک دا بەرهوروو بووین و یە کترمان ناسی، پێویستە ناگامان لهوه یی کە نایی باسی سیاسی و مەزهەبی بکەین. چونکە بهر له ناسینی کەسێ بەرامبەر نەم جوۆرە باسانە زۆرتر سەر دەکێشنە مل بە ملەو شەپە قە ی نابەجی.

هه‌لێزاردنی بابەت، رسته و وشەکان بۆ قسه‌کردن

- به‌ له‌ به‌رچاو گرتنی نه‌و راستی یه‌ که‌ پیره‌کان پێیان خۆشه‌ قسه‌ له‌ رابردووی خۆیان بکه‌ن. نه‌ گهر لایه‌نی به‌رامبه‌رتان له‌ وتو و نێژ دا که‌سانی به‌ ته‌مه‌ن بوون، ناگاتان له‌و راستیه‌ یی که‌ باسکرا و هانیان بدن و به‌ هه‌زه‌وه‌ گوێیان لێ بگرن. نیشان بدن که‌ خوازیاری بیستی سه‌رکه‌وتن و سه‌رگه‌رمی یه‌کانی رابردووی نه‌وان.

نه‌ گهر به‌رامبه‌ره‌که‌تان له‌ قسه‌کردندا منالێکی هه‌وت هه‌شت تا دوازه‌ سالانه‌یه‌، باسی چیرۆکی گیانداران (سه‌گ و نه‌سپ و...) بکه‌ن.

نه‌ گهر هاوکۆرو هاوئشین هه‌که‌تان که‌سیکی سێزه‌ تا نۆزه‌ ساله‌یه‌، له‌ وه‌رز و یاری یه‌کانی جی ره‌زامه‌ندی نه‌وان بدوێن.

کاتێک قسه‌ بۆ که‌سیک ده‌که‌ن و به‌رانبه‌ره‌که‌تان ده‌دوێن، به‌ بایه‌خه‌وه‌ سه‌رنجی گوێگره‌که‌ بدن و خۆشان بوێ و به‌ سۆز و نه‌رم و له‌سه‌رخۆ بن. سه‌ره‌تا بیر بکه‌نه‌وه‌ پاشان قسه‌ بکه‌ن. کاتی قسه‌کردن پێویسته‌ به‌رێز و سه‌نگین بن. قسه‌ی وا مه‌که‌ن که‌ هێندێ که‌س بره‌نجێتی. به‌ یه‌ک دار له‌ هه‌مووان مه‌دن. وشه‌ی ((ته‌واو)) و ((هه‌میشه‌)) مه‌لێن. بۆنمونه‌ مه‌لێن ته‌واوی سیاسه‌ته‌داران خراپن. یان ته‌واوی ده‌سه‌لاتداران هه‌ز به‌ ستم و گه‌نده‌لی ده‌که‌ن. له‌ وشه‌کانی ((هێندێک)) و ((هێندێ وه‌خت)) و ((له‌وانه‌یه‌)) و ((پێوایه‌))، که‌لک وه‌رگرن.

ريژگرتنى لە خەلک

- ريژگرتنى خەلک باشتريڻ شيوازو ھۆکارە بۆ پيژمىدى و دۇستايىتى .
نەوانى ريژ لە کەسايىتى و بۆچوون و مافى خەلک دەگرن و بە وردى و
رەنگ و پىنگى گويى لە خەلک دەگرن داب و شيوازي پيژمىدى و
ھاوپيژمىدى باش شارەزان و بە پىنچوانەمە نەوانى بايەخ بەم مەسەلە
نادەن و ھەر لە يىرى خۆپەستى خۆيان دان لە داب و فەرھەنگى پيژمىدى
و دۇستايىتى دا نەشارەزان و بگرە دوژمنى پيژمىدى دروست و بە جيڻ و
ھۆکارى جياوازي، دوورويى و ليڭکەلپرانن. پيژستە لە منالى يەوە فيرى
شيوازو رەبازى پيژمىدى و برايمى بين. پيژستە نەو راستى يە بزانيڻ کە
ھەر کەس بەشپىک و ھيتديک لە ھەموو شت و ھەموو کەسپىکە، نەگەر
مىرۇف خۆى بە تەواو و ھەموو شت بزانيڻ، جۆرە بىرکردنەوھە کى
خۆپەرستانىمەو خۆ کۆت و بەندکردنە لە چوارچىوئە يىرەسکى تايپەتى
خۆى دا. نايى لە سەر نەو باوېرەش بين کە خەلکيش دەمى تەواو و پىنگەم
و کورې بن. پيژستە ھەموومان نەو راستى يە قبول بکەين کە باشتر
تەولوتەر لە نىمەش ھەيە. باوېرمان وەبى کە نىمەش کەسانىکين شايانى
ھەلەو چەوتين و چاوېروانى يە نابەجى يە کان وەلا بنين.

کات و ساتى گونجاو بۆ کارو کردەو

- بىرت لە ھەرچى کردەو پيژست نىيە دەستبەجى بىيکيتە کردەو.
بەلکو پيژستە سەرەتا بىر بکەيتەو پاشان راوېژ و وتو وېژ بکەى و پاش
نەمانە نەگەر بە پەسەنت زانى، بە کردەوش نەنجامى بەي.

گیان و مال

- تا بکری زیان و به لای دوزمن به سامان و بوونی دنیا وهلا
ببری. دوزمنایه تی روانی یه. چونکه گیان له مال به
بایه ختر و پیروزتره.

سئ شت بهردوام نابن

۱- مالی بن بازرگانی.

۲- زانست بن پیداجوونهوو به سەرگرتهوه.

۳- دمه لاتی بن سیاست.

دوو به یامی چارلزی یه کهم بو کوره کی

۱- چاکه کاری باشتره له گه وریمی.

۲- دیو و دیو زمه ی یاخی زورتر خوی وهک فرشته نیشان دهدا.

کار و تیکۆشان

- پیویسته لاهه کان بزانن به خته وه رییان په یوهسته به ههول و
تیکۆشانی خویانهوه. گهل و نه تهو میه ک تاکه کانی ههز به کارو
تیکۆشان نه کهم و له ژیانی رۆژانه ی خویان دا پشت به خویان
نه بهستن و له سەر کورنوویری و نارامگرتن له بهرامبەر به لاهو
ناخۆشیدا رانه هاتبن. زورتر شایسته ی تیکشکان و مردن نهک درژه
دانی ژیان. له پهن دیک دا گوتراوه ((سه گی هۆشیار باشتره له

شیری خەوتوو) ھەر لەو پێوەندییەدا دەلێن: ئەو نەفام و گێلە ی لە
 ھەول و تێکۆشان دایە، باشتەر لە زانایەک کە سست و بێ تێکۆشان
 بێت، ئەمەش مەعلوومە کە تۆپی زوی ملکێ خەلکی تێکۆشەرە.
 نایا زانیوتانەو بینوتانە کە سێک کە پێشە ی کارو ماندوو بوونەو
 پەشتی بە ھیزی بازووی خۆی بەستوو، ناچار بووی لە بەرامبەر
 دەسەلاتدارو پاشاکاندا دەست بە سینگەو بگرێ؟ دەبێ ئەو راستی
 یە بزاین کە یارمەتی و دەستگرتنەو نایەجیی لاوان، رینگە لە
 ھەول و تێکۆشانیان دەگرێ.

زانایەک فەرموویەتی: ئەواوی خەلکی سەر رووی زوی شایانی
 سۆز و بەزەیی پەرورەدارن بەو مەرجە ی ئەو سێ بنەماو بنچینە
 سەرەکی یانە رەچاو بکەن.

۱- مەرفەئەست بێ.

۲- خیانت بە ئەمانەت نەکەن.

۳- بە کردووە پەڕمە ی لە راستی و دادگەری بکە.

بهشی پینجه‌م: ره‌وشت و ئادابی جوان

لیبوردی

لیبوردن واته وازه‌یتان و نازاد کردن. لیبوردن له خۆمان و له خه‌لک،
نیمه له ده‌ست رابردوو نازاد ده‌کا و پیوسته ریگه نهدین که رابردوو له
دواکه‌وتوویدا بنه‌مان بکاته. لیبوردی ده‌کری بلین چارمه‌ری هه‌موو
کیشه‌کانه. به هۆی هه‌لمیه‌کوه که کردووتانه خۆتان سه‌رکۆنه مه‌که‌ن
وخه‌بار مهن، له خۆتان بپورن و رابردوو به‌جی یلن.

چۆن بلین نه‌خیر؟

- کاتیک که وه‌لامی نا ده‌دینه‌وه به‌ که‌سیک، پیوست نا‌کا به
شیوازیکی ی نه‌دبانه و به‌د ره‌وشتیه‌وه ییت.
- باشر وایه بۆ لایه‌نی به‌رامبه‌ری سه‌له‌نین که بۆچی به‌ وشه‌ی
(نا) وه‌لام ده‌دینه‌وه.
- نایی به‌رامبه‌ره‌که‌مان هه‌ست به‌وه بکات که بۆچوونی تلبه‌ستی
نیمه کاریگر بووه له‌سه‌ر وه‌لامه‌ نیگه‌تیه‌که.
- به‌ر له وه‌لام دانسه‌وه ده‌بی بیر بکه‌ینه‌وه بۆ نه‌وه‌ی کس پنی
وانه‌بی به‌ی تیرامان و موتالا وه‌لامی رده‌ و نه‌رنیمان ده‌داته‌وه.

نایا گوئگریکی باشن؟

- گوئگریتن نیوی دوهه می قسه کردنه. گوئگریتن له قسهی خه لک کارینکی ناسان نیه. پیوسته گوئگری له چه مک و مانای وشه کانی ییژو تیڭا و مهبستی نهوی له لا روون بیت. بهداخه وه هیندهی گرینگی به قسه کردن دراوه. بهو رادهیه گوئگریتنی به جی بایه خی بو دانه نراوه. هر بویه زوری خه لک له گهل نهوه که قسه و بابمتی نهوتویان پی نی یه. بهردوام قسه ده کهن و بهم کاره یان که مزانی و نهوشیاری خویان به روالهت پرده پوش ده کهن.

سعدی فرموده تی: دوو گوئی و زمانیکت پی دراوه واته: دوو قسه وهر گره و له یه ک قسه زیاتر مه که.

ههروهها فرموده تی: یه کینک که سینکی بینی که ههول دها نه سپه که ی فیزی قسه کردن بکات. بهلام نهیتوانی. نهو نه فهره که ناگای له که سه که بوو پی گوت: له گهل نهو هه موو ههول و ماندوو بوونهت بوئ نه کرا فیزی قسهی بکدی. تیتسا که تو نهوت بو فیزی قسه نه کرا خوت له نه سپه که فیزی پی دهنگی به. هه ننئ که س لایان وایه که هر ییژو و قسه ییژو کاره گره و بیسر تنیا رولی بیستن و کمر بوونه له کاتیک دا گوئگریکی باش به خسته گه ری بیر و زهینی خوی لایه نی بهرز و گرینگی هه یه و هر به هوی هه ست و هوش و بیره که شیه وه ده توانی به تهواری له مهبستی ییژو تیڭات.

به وردی گوئگریتن، مرؤف له قسه کردن دا هینن ده کاته وه و رینگه له هه لچوون و له خو دهرچوونی پی جینی ده گری.

ييسەرى باش ھەمىشە بابەت و زانىيارى نوئى فير دەبىي و لە
بىرى نوئى تىئەگات.

خەفەتبارى و خەمى بىن جىن

- نەگەر بمانەوى تىكراي نەمو ھۆكارانە كە دەبنە ھۆى
خەمبارىمان لە سەر كاغەزىك بنووسىن، دەردەكەوى كە چەندىيان
ناديار، بىن مانا و بىن كەلگ بوون، بە گۆرەى سەرزەمىرى يەك كە
لەم بوارەدا كراوە نەمو راستى يەمان بۆ روون بۆتمەو كە ۴۰% لە سەدا
چلى نەمو ھۆكارانە قەت روو نادەن.

لە سەدا سىيان رابوردوون و ھەر چەندە خەفەت بخۆين ناگۆرىن.
لە سەدا دوازەشيان سادە و ناپۆيىستىن و پيۆمەندى يان بە تەندروستى
نيمەو ھەيە. لە سەدا دەى نەمو ھۆكارانە خەمى راستىن.
غەم خواردن دەيتە ھۆى نارەحەتى دەروونى و نا نارامى دەروونىش
سەردەكيشى بۆنەخۆشى جەستەمى.

ھۆكارى ھەرە سەرەكى خەمۆكى و خەفەتبارى لە زۆرىەى خەلك
دا برىتيە لە: ھۆكارى ماددى. نەگەر لە نارەزوو و چاو چنۆكى
يەكئەن دەست ھەلگىرىن، كەمترخەم يەخەمان دەگرت. ھۆكارىكى
ترىش لە پيۆمەندى لەگەل غەم دا برىتيە لە خۆ پەرسى، خۆ پەرسى
لە ھەندى كەس دا گەيشتۆتە ناستىك كە خۆيان بە چەق و ناومەندى
جىھانى بوون دەزانن و لە بەرامبەر ھەر نا نارامى يەك دا زۆر بە
توندى توورە دەبن و خەفەت دەخۆن و نايانەوى راستى كيشە و

لاوازيه كانيان قبول بكن به كورتى پشه كى و سمرقافلهى هم موو
به لا و ناخوشى به كان ته ماع و نارزو پهرستى به.

په نند وهر گرتن

- نه و دهرس و په نندهى چاكه خوازان فبرى خه لكى ده كمن
گرننگ و گه وره به، به لام له ویش گرننگتر قبول كرنى نه و
په ننده به. چاكه كاران ناموژگارى و په ندى به جى پيشكهش
ده كمن و خوشه ختن نه وانهى وهرى ده گرن.

بايه خى نه ناسراوى

- هوراس دلمى: هرچند زوريهى خه لك هزيان له ناو و دنگ و
شورت و ناسراوى به، به لام دهمى نه و راستى بهش بزانن كه ناديارى
و بى ناو بانگى وه كوو زير بايه خى هه به.

چاكه كرن و دوورى له خراپه

- به كه مين وانهى نه خلاق بو منالان كه گرترين دهرسى ره وشته
له هم موو قوناغه كانى ژيان دا، نه و به كه قهت خراپه له گدل كهس
نه كمن. گوتراوه: كه نه نجام دانى كارى باش ره وشت به رزى به،
به لام له ویش جوانتر و په سندنتر و ره وشت به رزانه تر نه و به كه قهت
خرابه نه كه ين.

یه کم جار که له چه مکی دادگری تینه گین، له قوناغیک دا
نین که خراپه و ستم دهرهق خه لک نه نجام بدمین، به لکوو له
قوناغیکدانین که خه لک ستممان لئ ده کمن و ده ست دریزی ده کمنه
سر مافمان. باشر له هدر شتی نهویه که مروڤ هوکاری کرداری
چاک و خراپ بناسی و له راستی دا که سیکي به نیمان بن، لهوها
بارودوختیک دایه که قت له ری هتله ناین .

کهسانی زمان لووس و ماستاوچی، به فریودانی کهسانیکی تر، نمو
عه قلییه ته له مروڤ دا ده خولقتن که تو که سیکي باش و به رزی و
لهم که نالهوه پشت نهستوریان ده کمن. ینگومان نمو زمان لووسانه،
گهنه ی خورن مزی کهسانی ساده و خو په رستن که به په سن و
پیا هلدن خوشحال دمن.

چۆنیهتی وه لآمدانه وی منالان

- نمو وه لامه ی که به پرسیاری منال دهریتوه، هه میسه پنیسته
وه لامیکی راست و دروست و کورت و ساده و جیدی یت.

واقعینی

- واقع بینی و راستی له لماندن تایبتمندی یه کی کهسانی ژیر و
هوشیاره، به مهبهستی واقع بین بوون پنیسته خو به کم زان بن .
منالی ژیر و به رزی وا هنن که پشیان وایه هه موو شت ده زانن و توانای
جی به جیکردنی هه موو کاریکیان هه یه، نمو منالانه که له راستی

تېنەگە ياشتون وواق يىن نىن و يىن ناگان لە رادى زانيارى خويان، يان
نيانموي ناگادار و هوشيار بن، خويان فريو دەدن.

لە دادومرى كردن دا بە تاييەتى كە دادومرى يە كەمان سەبارەت بە
كەسانى تر بوو، دەمى راستى ناس و واقع يىن، يىن، هەندى جار لە بەر
پنويستى تېروانىنە كانى خۇمان كە زۆرتەر تاييەت بە خۇمانن، خۇمان
فريو دەدين و وا تى دەگمىن كە دادومرى كەمان بەجى يە. لەم بوارە دا
كەم و كورپى خۇمان نايىنين، بگرە جارى وايە بەلاشانمە پەسنە بەلام
عميب و كەم و كورپى خەلك دەيىنين و گەورەشى دەكەينەوه. گوتراوه:
هەموومان هەلگىرى عميبى خۇمان نىن و چەندە عميب و نەنگمان زۆرتەر
و گەورەتر يىت، تونىتر تانە و تەشەر لە كەم و كورپى خەلك دەدين
چەندە دىستان بەتالتر يىت، زۆرتەر خەرىكى خەلكين.

تېفكرين و گرىنگى دان بە كارى بچووك

- مىكلانژ دەلى: كارى گەورە و گشتى لە كارى كەم و
بچووك يىنك هاتوون. ((نيكلا بوسن)) لە ناويانگى خويانا هەست
بە قەرزدارى نەم نامۇزگار يە دەكا و دەلى: سەبارەت بە هېچ
كردارىنك هەر چەندە بچووك يىت، پاش گوى خستن و گرىنگى
پىنەدان، رەوا نىن، جارى وايە بە هوى لىن وردبەونەوه و گرىنگيان
بە كارى بچووك هەلى زۆرلە بارمان بۆدەستە بەردەبى. تىكرارى خەلك
وەك يەك سەيرى كيشە جۆرا و جۆرەكان ناكەن. پەندىكى روىسى
هەيە دەلى: كەسى يىن ناگا و نەفام لە دارستاندا دەگەرى و، بەلام

داری دمست ناکهوی. هیندی کەس غافل و سادەن و گەرنگی بە هیچ نادەن و کەسانیکیش بە چاوی وردبینی و گەرنگی پێدانەوه لە شتەکان پادەمیتن، هەرچەندە دیاردەیی بە ڕوالت ناگەرنگ و کەمیش بن. زۆری داهێتان و دەسکەوتە زانستیان بەرهەمی وەها سەرنج و وردبینی و گەرنگی پێنانیکن کە باسکرا. تیکرای کار و باری جیهان لە هۆکاری بچووک و بە ڕوالت نا گەرنگ پێکھاتوون. هیچ نەتەوێک متمانەی لە دەست نادا، تەنھا بە هۆی بی ناگایی و گەرنگی نەدان بە شتە بچووکەکانەوه نەین.

ویژدان

- لە منالێکیان پرسی بۆچی لەو هەرمییانە دانەپەکت هەلنەگرت؟ خۆکەس دیار نەبوو؟ وتی: من نامەوێ خۆم توشی کاری ناپەسند کەم. نەمەپە واتای ویژدانی پاک کە هەمیشە بانگی مەرۆف دەکات بۆ سەر راستە شەقامی چاکە خوازی. گەرنگ نەوێهەر لە منالی یەو ناگادار و چاودێری وەها دەروون و ویژدانیک بین. چوونکە ڕاهاتن لە گەڵ شتی لەسەرەتاهە لە هەودایی جۆلاتنە لاواز ترە بەلام کە بەردەوام بویت و درێژت پێدا لە زنجیر پتەو تر دەمێ. بۆیە لەسەر کەسانی ژیر و تیگەبشتوو پێوستە کە ناگیان لەبەرپرسیاری خۆیان بن و چاودێری و پارێزگاری لە دەروون و ویژدانی خۆیان و کەسانی تر بە تایبەتی منالان و لاوان و تازە لەوان بن.

"سیر فەرمىسىس درىگ"

- وىلتىز، دىلى: "سیر فەرمىسىس درىگ" خاومى چەند تايىتمەندى يەكە كە بوانەو دەكرى بلىين مرؤفكى تەواو، ئەو كەمىك بوو دەست پاك، دادگەر، راستگۇ، لەگەل بن دەست و چەوساولن دا بە سۆز و نارام و، دۆرى تەمبەلى بوو. پىشى بە خۆى دەست و لە بەرامبەر هېچ جۆرە مەترىسەك دا زىبون و دامار نەدەبوو و پىشى دە هېچ كارىك نەدەكرد هەر چەندە تىكۆشان و مانوو بووتىكى زۆرىشى وىتى.

"كۆنفوسىوش"

- كۆنفوسىوش لە چوار شت بەرى بوو.

۱. باوەر كردن بن بىر كۆندەو.

۲. بىر يار بەنى هەلسەنگاندن.

۳. ماستاوجىيەتى.

۴. خۆپەستى.

نۆ تايىتمەندى مرؤفى مەزن

- كۆنفوسىوش دىلى: نىشانەى يەكەم بوون و بەرزتر بوون و

مەزنايەتى مرؤف، بوونى، ئەو نۆ تايىتمەندى يەى خواروومە.

۱. كاتى پوانىن و تىفكرىن، هەول دەدا دروست بىروانى

۲. حەز دەكا مېهەبەنى لە روخسارى دا بەروشىتەو.

۳. له رهوشت و ههلس و كهوتى دا ږيرى خهلك ده گري.
۴. له قسه كردن دا تيده كوشى راست گو يى و به جوانى گوى له قسه ي خهلك ده گري.
۵. له كار و بارى خوى دا زور ورد و به زمينه.
۶. گومانى له هر شتى يى، له خلك پرسيار ده كات.
۷. له كاتى تووړمى دا بير له ناكامى تووړه بوونه كى ده كاته وه.
۸. كاتى بهرژومدى په كى له پشه، له خواترسان پشه يه تى.
۹. چاكه له بهرامبه ر چاكه، دادگمرى له بهرامبه ر ستم، ناشتى و دادگمرى و چاكه خوازي له نيو كومه لگه دا له رهوشت هره بهرزه كانيه تى.

به كلر هيتاني يرو ژيرى له جياتى هست و نبعساسات

زوربه ي خهلك په يروى له هست و هموس په رستى خويان ده كهن و به گونږى حمز و مېلى خويان قسه ده كهن و ههلس و كهوت ده كهن. بى گومان ناكامى نهم جوړه كردار و ههلسو كهوته باش نايى. بهر پرسان و په روه دوانان پيوسته خهلك فترى تيفكرين و بير كړنه وه و ژيرى و ژيريوژى به كړدوه بكن و به هينزى به لگه و دهليل هينانه وه خهلك هو شيار بكه نه وه. هه ندئ كسى به دكار به جولاندى ههوا په رستى خهلك و كوز كړدنه وه ژيرى و نغدينشې نه ول ده گنه بهرژومدى په كانيان. كومه لانى خهلك كه سرنج و بير كړدنه وه و

تیرامان له همدینک لایه نی ژیان نازاریان ده دات، حمز به بیر کردنه وه
 ناکمن و له راستیه کان دقرسن و خویان له بیر کردنه وه سبارت به پیری
 و مردن دپارتن. له کاتیک دا که مرؤفی زانا له تیغکرین و سرنج
 دانی بابته راسته قینه تام و چیر و مرده گری و ده گاته همدی سرنجام
 که یه کیک له وان که لک و مرگرتنه له توانا و نیمکانتی خوی، تریک
 بوونه وه و قبول کردنی راستیه کان ژیرلنتره له وه که لی یان رابکه یته
 سبارت به راسته قینه و واقعیه تی مردن فیله سووینک گووتی:
 مرؤف وهک نهو میویه که دمکه کانی له ناو خوی دان به لی
 مرؤفیش بهو شیویه مردنی خوی له گل دایه.

وتهی باش

- نهو وتهیه وتهی باشه که سادو شادیبه خش یت و قهت نازاردرو
 پر گرفت نه یت.

هیا

- نومینو هیا مهبست و بابته کی جوگرافی نی یه، بملکو وهک
 چلوی مرؤفه، نه گهر له دستیان بدهی له هیچ شرتیکی دنیا دست
 ناکه ونه وه. پیوسته تیکوشین هیواپراو نه بین و نومینواری له دست
 نه دین. بنی هیوایی کوفره. هیوادریسون له هۆکاره گرینگ و
 پیوسته کانی سرکهوتنه. پیوسته له ههلوکهوتی کهسانی بنی هیوا

له گونگرتن له وتمی هیواپر خۆمان دوور بگرین. نایى به چاویلکى
رەش سەیری رووپەرە دلگیره کانی ژبان بکەین.

رازى و نەرازی

- له دوولە مەندان نەو کەسە نەرازی یە کە بەو پەرە مأل و دارایی
یەى هیمیتی، رازی نەین و له هەزاران نەو کەسە رازی و خوشحاله
کە به بوون و سامانی کەمى خۆی رازییه و شوکرانه بژیڤ، بهم جۆره
هەزارانه دهلین دوولە مەند.

گەشتن به مەبەست

- نایى له پیتاوی گەشتن به مەبەست و نامانجی خۆت دا هەستى
بەرامبەرە کەت بریندار بکەى. بەلکو پیتوسته رینزی بگرى. چونکە
مرؤف هەروا سادە و ناسان دەست له ناکارو رەفتارو هەستى خۆى
بەرنادات. بۆ نەوى بگمیتە مەبەستى سەرەکی خۆت، دەین کەش و
بارودوخیکى وا برەخستى کە ناتەبایى دیارو بەرچاوى له گەل هەست
و حەزە کانی کەسانى تر دا نەیت.

دلێكى زێڤ

- نەو دلێكى زێڤى هەبوو و هەر سەبارەت به باشى خەلک
قسەى دەکرد و هەلس و کەوتى دروست و به جى و پڤ له سۆزى
خەلک دا هەبوو.

مهودای نیتوان وته و کردار

مهودای نیتوان سهر و دهست، نیتوان بیر و کردوه، مینشک و کردار،
نامانج و کردوه گهلینک زوره. و تراوه نهوانهی زور قسه دهکهن
کردوهیان که مته. خوشهختن نهوانهی بهر له قسه کردن باش گوی
له قسهی خهلک دهگرن و ورد و جوان بیرى لى دهکه نهوه.

ژیری

- ناوهر و ژیری رینگه نیه. بهلکو چرای رینگایه و تایبهتمهندی
چراش نهویه که پروناکیدمه و به هوی نهوهه رینگا دمینین و له
چال وههلهت پارنزاو ده بین و چاک و خراپ و دوست و نهیاری
پن له یه کتر هاویر دهکمین.

بۆنی خوشی لهیلا

- کاتن لهیلا گیانی به گیان بهخش بهخشی، مهجنون هاته لای
هۆزهکهی و پرسپاری کرد گۆری لهیلا له کوئی یه؟ کهس پنی
نهگوت. بویه ناچار خوی کهوته ری و به لای ههر گۆرپنک دا رته
دهبوو، چنگی خولی ههلهگرت و بۆنی پیوه دهکرد تا سهرنه نجام بهم
بۆن کردنه گۆرهکهی دۆزییهوه و وتی: دهیانهرست گۆری لهیلا له
عاشقهکهی بشارنهوه بهلام بۆنی خوشی مهزاری یار گۆرهکهی
دهستیشان کرد.

بهشی شه شه م: ره وشت و ئاكارى نه شياو

خوش بلوهرى

- كه م نين نهوانه ي زوو باومر ده كه م و شميتان كه بوونه و مرنكى
ناچارى كارى دنيايه. هه دا ناداو چارو باره كه ساني پديداد مېن كه ويست
وييره شه يتاني يه كان به پروو كارنكى رازاوه به گوني خه لك
داده چيستن. كه خواوينغه مېهره كه ي ليسان بيژارن.

رهش بينى

- ته نيا نه و چاويلكه ي برى خه لك به بينى سەردانى پزىشك له
چاوى ده كه م، چاويلكه ي رهش بينى يه.

خەم

جيني داخه وزه ي ميشك و دموونى مرؤف له پيناوى خەم و
خەفت دا به فيرؤ بدرئ.

درؤزنى

- خؤتان له درؤ كردن پيارنن چونكه نه گهر مرؤف به درؤيه كى
بچوك دهست به كاري بكات، ناچار دمي بؤ پؤشيني درؤى يه كه م
درؤى گه وره تر بكات. نم درؤيانه به مېهره زياد ده كه م و له راده به دم

گهواره دهن و دروزنه که دروی یه که می بیر دهچتهوه وهک دهلین: " دروزن شتی بیر دهچتهوه". له ژیر شهبهقی نهو راستی یانهی که بلس کران پیوسته خومان له درو و دوو پرووی پیارئین بۆ نهوهی دل و دموونمان نارام بیت.

درو ههلبهستن و قسهی پاشه مله، بهلای گهورمن

- کهسانی پهست و نزم به مه بهستی دایینکردنی بهرژه وهندی نابووری خویان و نازاوه نانهوه له نیتوان خه لک دا، درو ههلبهستن ده که نه پیشه. له کۆمه لگه یه ک دا که تاکه کانی فرههنگینکی دروستیان نه بی و له گه ل بیر کردنه وه و تیرامان و لیکدانه وهی بابه ته کان رانه هاتبن، نهو دروسازی و دروزنانه زیاتر سه ره که وتن به دهست دینن. خه لکی لاواز و بی فرههنگ نه ک هه ر نامادهی باومر کردن بهو درویانهن، به لکو خۆشیان ده که ونه ژیر کاریگری و بی نه وهی به خۆیان بزائن ده بنه ده لال و په ره بهو بازارپی درویه ده ده ن. چونکه نهو بابهت و قسه پوچ و بی بنه مایانهی که گوئی بیستی بوون، به خیرایی بلاو ده که نه وه. قه شه یه کی نینگلیزی ده لی: کاتیک هه والینکی خراپ سه بارهت به که سی ده بیستی، بیکه به دوونیوه و چوار بهش و پاشان سه بارهت به مومندش که ماوه ته وه هیچ به کهس مه لی. پیوسته مرفه کان به نیازپاکی و هاو په یوهندی باش پیکه وه بژین بۆ نه وهی کۆمه لگه یه کی به ختیاریان هه ی. که وا بوو نابن به درو و بوختان و پاشه مله قه سه کردن، پیکه وهه لکردن و پیومندی دروستی نیتوان تاکه کان تیک به دن.

دوودلی، دژواری، گیرۆدهبوون

- نهو سنی په یقه‌ی سه‌روه رۆلنکی گرنگیان له شتواندنې نارامی
ده‌روونی مړوډ دا ه‌یه. زوړه‌ی خه‌لک به‌هوی دوودلی له
کاره‌کانیان دا و داتاشینی دژواری و گرفتاری بۆ خویان، گیرۆده‌ی
گرفتې ده‌روونی دهن و تهن‌دروستی خویان له‌گه‌ل مه‌ترسی به‌ره‌وړو
ده‌کمن. گه‌لنک جاران مړوډ له ژیر کاربگه‌ری نه‌و جوړه نالوژی
یه ده‌روونیانه‌دا تووشی ژانه سه‌ر به‌تایه‌تی سه‌ر و مل و قوړگ
گیران ده‌ی وه‌ک نه‌وه که پارووی له‌گه‌روو گیرا یی. ه‌ه‌روه‌ا ژانه
سک و سک چوون و سینگ نیشان و..... سه‌ره‌ل‌ده‌ن.

تووند ره‌و مه‌بن . به‌رده‌وام باسی شتی باش بکمن و خو‌شه‌ویستی بۆ
خه‌لک بنو‌تنن و له‌کاتی دژواری و ناخو‌شی یه‌کان دا راستی قبول
بکمن و هات و ه‌وار زوړ مه‌کمن. جیا له‌پیشه‌ی سه‌ره‌کی خوتان.
ه‌ه‌ول بدن به‌شتنکی تریشه‌وه خو‌خه‌ریک کمن.

زمان لووسی

- ه‌ندئ که‌س به‌زمان لووسی وه‌ک ده‌لین به‌ده‌می گه‌رمیان به
جوړی کار ده‌کمنه سه‌ر که‌سانی ساده و نه‌فام که‌هر کاری ه‌ر
چه‌نده گه‌پ و گه‌لته‌ش یی نه‌نجامی ده‌ن.

تېروانیی له‌را‌ده به‌د‌ر بۆ داهاتووی زوړ دوور

- جیی سه‌رسامیه ه‌تندئ که‌س به‌هوی بیرگردنه‌وه‌یان له
داهاتووی زوړ دوور ته‌واوی کاته‌کانی ه‌هنوکه‌یی ژیانیان ده‌کمنه

قوربانی داهاتوی زور دور. که لهوانه یه قهت نه یگه نی. نهو
که سانه تا زیاتر ته مه نیان به رهو سه ده چی. نه م تایه ته مند ی و جوره
تیره وانینه زیاتر لهوان دا گه شه ده کات و خوشیان زور به خاوین
نه زموون و زانا دفرانن. خوشه خت نهو که سانه که میانه پروانه بیر
ده که نه وه و له کاته هه نو که بی یه کانیان که لک وهرده گرن.

سمعی ده لی:

هه زوی سمعی!! هه زوی تیره یی و سه یی تیره یی ناویاره.

تۆ له تیران ته م یوانه دا ته م تۆ له کیه یی خوت میله.

هه لبت نیمه ناچارین بیر له داهاتوومان بکهینه وه و پلانی بۆ
دابینن. چونکه ماوه یه ک له ته مه نمان پتومندی به داهاتوو وه هیه.

هه ز کردن به زبانی خه لک

- نه زان له زه مر و زبانی خه لک دا به دوا ی به ره ژومندیه کانی
خویا ده گه ری. چال بۆ خه لک هه لکه نی خوت ده که و ته ناوی.

تۆمەت و گومان

- تۆمەت خسته پل خه لک گوناھی گه وریه.
نیام عه لی فەرموویه تی: هه رگیز له سه ر به مای تۆمەت کس
نازار ناده م و له سه ر به چینه ی گومان تۆ له له کس ناسیتیم.

پهستی و چارپهشی

- هیندی کەس وا تێدەگەن نەگەر بار و دۆخی خۆیان بە ناهەموار
بۆ خەلک باس کەن و بەدبەخت و پەست خۆیان بنۆتەن. خۆیان
خۆشەویست کردووە، کە چی لە کردووە دا دەردەکەوی کە نەنجامی
پنجەمانەی بووە و جوی لە دابەزاندنی کەسایەتییان ناکامینکی نەبووە.
دەستی کە لە بەردەم خەلک پانت راخستوووە پردیکە نابەرووی خۆت
پیدا ڕەت کردووە.

خوڕافە پەرستی

- خوڕافە پەرستی کۆسپی گەورەیی بەردەم گەشە و هەڵدانی
مرۆفە. چاوەگەیی خوڕافە پەرستی لە خودی کەسایەتی مرۆف دا
نەبە. بەلکۆ لە بارودۆخی ئالۆزو ناهەمواری زانستی، نابووری و
کۆمەلایەتییمووە سەرھەڵدە دا. نەفامی، نەبوونی پالێشتی نابووری،
نەبوونی هێمنایەتی کۆمەلانی، دوو دلی و سەبارەت بە داھاتوو،
مرۆف بەرو خوڕافە و پووجی پال دەن.

وھا کەسێکی لە جیاتی کەلک وەرگرتن لە توانا گەورە خوا
پێداوەکانی خۆیان چاوە لە دەستی هیزی غەیبی و میتا فیزیکین. بۆ
دەرچوون و ڕزگار بوون لە بیر و باوەڕە هەڵەکان پێویستە هەموێ بەدین بۆ
تێگەشتن لە ھۆکارەکان. بە دەرپرێنیکێ تر ھۆشیار و تێگەشتوو بیت.
ھەر بۆیە دڵێن: ھۆشیاری وزانلی سەرھەتای نازادی و ڕزگاری یە. لە
ناو بردنی بیرە خوڕافاتیەکان دەیتە ھۆی ڕزگار بوون لە زیندان.
وتراوە: کە بەندیخانە شکا، ھەموو پاشا و نەمیرن.

خۆپەرستى و خۆۋىستى

- ھەر مەۋقەنىڭ ھەزىمەتەندۈرۈستى و خۆشگۈزەرنى خۆى دەكات كە
نەمە شتېكى سۈرۈشتىيە و خۆشەۋىستى و خۆخۋازى يە.

لەبەرەمبەرىش داخۆشەۋىستى و خۆپەرستى ھەيە كەپنچەۋانەى
نەۋەيە. لەبەرەنەۋەى كەسى خۆپەسندو خۆپەرست كاتى خۆى
لەگەل خەلەك بەراۋرد دەكات رازى نىيە و لەو بۈرەدا ھەستىارى
يىزارى ونامۇرقانە لەۋدا سەرھەلدەدات.

كەسايەتى يە خۆپەرستەكان بەمەبەستى رازى كەردنى خۇيان
بەدۋاى زۇرىيە ھەزەكانيان دا دەرۋن ولەرادەى پىرست دەردە چن. كە
نەۋەش دىمىتەھۋى بارگىزى دەروونيان. ناپەزەمەندى نەۋجۈرە كەسانە
دىمىتەھۋى روۋگىزى ۋىستى ۋىنى زارى يان.

خۆپەستەنەۋە بە رابردوۋ

زۇرىيە خەلەك ھەزە كەن كەدەست لە تىرۋانين وياۋەرى رابردوۋيان
شل نەكەن ولە گەلىاندا بۇين و خۇيان لە كىشە وياپەتە نونكان دوۋردەگىرن
ۋەزايەتى يان دەكەن بۇ نەۋنە كاتى ((كرىستوف كولۇمب)) ۋتى:
زەۋى ۋەك تۇپ خەپە و پان نى يە، خەلەك لىنى راست بوۋنەۋە و
دۇزايەتى يان كەرد.

پالېشتى درۋ

- ((دېۋىد ھيوم)) بەگالە بۇ يەكەن لە دۋستەكانى نۈۋسى: ھىچ
شتى بە قەت پالېشتى و دىمىتخۇشى خەلەك درۋ بە ھىز ناكە. سەرۋەرو

سیاسه تمهداری ((نمسینا)) (فوش) بهردوام له لایمن خه لکمهوه پهمن و دستخوشی لی دهکرا. بویه خوی به دروژیتیکی گهوره دفرانی.

تۆبه شکاندن

- زۆربهی خه لک به هۆی تاوانه کانیان خه مبار دمن و په شیمان دمنه وه و تۆبه ده کمن. به لام همر کات هه لیان بۆ هه لکه وت، دیسان تروشی تاوان دمنه وه.

تهماع و چاوچنۆکی

- بێ ته ماعی و چاو نه برینه سامانی کهسانیت، رهوشتیکی جوانه. به لام همر ده لێی هی نه م دنیا به نی به. گوا به چاوچنۆکی و هزی ماددی به شیکه له سروشتی مروژ. نه م تایبه تمه ندی یانه دمنه هۆی گه لێک گرفتاری، به گرفتیی دهروونیشه وه. به خته وهرن نهوانه ی که له ههولێ که م کردنهوی نهو دیارده ناله باره دان. وتراوه: له همر جینگایه ک ته ماع و مادده په رستی چادری هه لبا بێ، جینگای عه قل نایسته وه.

بهراوردی هه ره پوچ

- به کێک له به راوردده زۆر پوچ و باوه کان پێکگرتن و به راورد کردنی شته کانه له گه ل دهروونی خۆت. خۆ پاراستن و ورد بوونه وه له م باب به ته گرینگ و پێسته.

روانگهی بمرتسک

- نیمه وا راهاتووین که له چولرچینوی یه ک تیرولنینی بمرتسک له شته کان پروانین. که له راستی دا نهم جوره روانگمو بیرکردنهوه. بنه مای سولیشیلوی یه. بۆ نمونه سباره ت به گرفتیک دهلین: نهم گرفته تنیا یه ک رنگه چاری همیه. به لام راپرسی و سهژمیری یه کان نشانی داوه که له قوناغی کردوه دا نهم رنگه چارمیه هه له بووه.

زیانی رق و بیژاری

- زیانی رق و بیژاری نهویه که بهردوام وه ک دینو و درنج به شوین مرؤفهویه و تا ویزانی نه کا، دهستبهرداری ناییت. وه ک نهویه گونی که سینک بگری و وه ک سه رکۆنه کردن، بهرو شویتیکی خراب رایکیشی. گومانیشی تینا نی یه که بوخوشمان له گهل نه و که سه دهچینه شوتنه که.

دینومهی چاوچنۆک

- سه عدی دینومهی چاوچنۆکی کۆت و زنجیر کردووه بهرزی گیانی و سروشتی بیتیاژی نه و پیاوه رنژداره، خۆشه وستی و رنزی نه و که سایه تی یه له نینو خه لک دا جیگیر کردووه. سه عدی کت و پر باوکی وه فاتی کردووه و به منالی هه تیو بوو. (دهلین له دوازه سالی دا) سروشتی سه رسوڤهینه ری گۆچانی گهردوونگه ږی خسته مستی.

به‌شی‌هه‌وته‌م: بی‌روزانیاری

که‌لک‌و‌مر‌گرتن‌له‌ورده‌کاته‌کان‌له‌کورت‌ما‌ودا

- کاته‌کورت‌و‌ب‌چو‌که‌کان‌نه‌گەر‌وس‌ریه‌ک‌ب‌خرنه‌وه، چ‌م‌دین‌کات‌رمیری‌به‌سو‌ودو‌پ‌ر‌به‌ره‌م‌پ‌ن‌ک‌د‌ین‌ن. ب‌و‌ن‌مو‌نه‌به‌رد‌وام‌ک‌اتی‌دیاری‌ک‌را‌و‌و‌پ‌نی‌وست‌له‌به‌رده‌ست‌دا‌نی‌یه‌ب‌و‌خ‌وت‌ند‌نه‌وی‌کت‌ین‌ک. به‌لام‌نه‌گەر‌له‌کاته‌ک‌ور‌ته‌کان‌یش‌که‌لک‌و‌و‌گ‌رین‌به‌م‌به‌ستی‌خ‌وت‌ند‌نه‌وی‌کت‌یبه‌کان‌پ‌اش‌ما‌ویه‌ک‌د‌مین‌خ‌ری‌که‌کت‌یبه‌که‌ت‌عا‌و‌ده‌که‌ین.

زان‌ست

- به‌ری‌داری‌زان‌ست‌چ‌اکه‌کاری‌و‌ب‌نی‌نا‌زاری‌یه.

گورنگی‌ری‌ز‌گرتن‌له‌زانیان

- ه‌زه‌ر‌متی‌عه‌لی‌(ر.خ)‌ده‌فه‌رم‌نی: (ه‌هر‌که‌س‌ر‌نز‌له‌ب‌یر‌مه‌ند‌ین‌ک‌ب‌گ‌ری، وه‌ک‌نه‌ویه‌ر‌نز‌له‌پ‌ه‌رو‌م‌رد‌گاری‌خ‌وی‌گ‌رت‌یت).

بی‌ر

- نه‌ی‌برا‌که‌م‌سه‌را‌پ‌ای‌بو‌ونت‌بی‌رو‌زانی‌نه

لهوه بترازى دهمارو گوشت و نيسكى خوښينه.
 بيرت وهك گول بى بوخوت گولزارى
 نه گهر دركيش بى له ناو گر ديارى

توژينه وهى زانستى

- زانست و ليكولنه وه زانستى په كان كومه له زانبارى په كى
 وشك و بى گيان نين، بلكوو پيڅه وه پيڅهاته په كيان پيڅه پناه وه و بهو
 تايستنه ندى يانهى خوار وه، خيرا پيشكهوتن، روتى چوون بهرو
 كه مال و تهواوى و شياوى پيښدى گه شو په ره سندنه كى
 به ستراوه ته وه به په سند كردنى له لايمن بيرو راو تيروانينه كانه وه.
 مهرجى سهره كى گه شو په ره سندنى ليكولنه وه كان: نهويه كه
 بابه خه بنچينى په كان باويان همى و ريزى بهرام بهر له كومه لگه
 زانستى په كان و پنا نه برده بهر چق به ستووى و سه پاندى له نل
 وگورې بيرو راو تيروانينه كان دا، له ناراداييت، پيوسته توژم به
 چاوى رژه وه، سهرى ليكولنه وه كاني تر و بيرو راويان بكت، له باس و
 كه له وه كيشى زانستى دا، تنيا گرنگى به راستى بدات و خوى له
 سه پاندى و زوره ملنى به دور بگرئ.

بیرکردنه وه و وردینى

- وردینى و بیرکردنه وه دوو هیزى تهواو كهرى په كترن، جولان
 بیرکردنه وه دمپته هوى وردینى و به پيڅه وانه شه وه، له لايه كى ترشه وه

تيفكرينى قوول ژيرى به هيز ده كاته نهوې كه دمپته هوې بالادهستى و بهرزي مړوف، باش تيرامان و وردبونهوه يه له سر بس و بابته كان. هيندينك له نووسمران پښان وايه پتومدى راسته وخو له نيوان هست و لېبورډن دا هميه. ((چيخوف)) كه وازى له كارى پزىشكى هيتاو بوو به نووسمر، ليسان پرسى: نيا له كارى پزىشكى يه كمى كه له پيش نووسرى دا ديكرد، رازى يه؟ له ولام دا وتى: بهلن چونكه لمو كار ه فترى سمرنجان و وردبونهوه جولن بير كړنهوه بووم.

جوار بنچينه

- به مهبهستى فيربون و به كار هيتانى دروستى هر جوړه كارو هونه رنك، پتريسته به دوو قوناغ دا تپه رپين. قوناغى يه كم برتې يه له فيربونى تينورى و قوناغى دووهه ميش به كار هيتانى به كردهوه دروستى تينورى يه كانى قوناغى يه كم، كه همدى كس نه و به كار هيتانه دروسته به هونه ناوزه ده كمن. نه و قوناغه به تپه رپونى كات و له ژير چاودپرى ماموستايان دا دهسته بهر دمې. نه گمر نامانجى مړوف روون و دياريكراو بيت، ناكامى فيربونى زانستى و كردارى هر هونه رو زانبارى يه ك باشتر دميت. بو گيشتن به و نامانجه بابه خداره و ماموستايه تى له بوارى خوازبارى خوې دا، گرنگيدان به و جوار بنچينه پتريسته كه برتتين له: له سر هست بوون، رېنك و پينكى، حمز و هوگرى، پشو درېژى.

- که ساینیکی نەوتۆهەن کەلنھاتوویی باشیان ھەیە. بەلام بەداخەوبەھۆی ڕەچاوانەکردن و سەرنج نەدانی نەوچاربنچینەئە سەرھە سەرکە وتوویی بەرچاویان نییە.

نیویانگ و شانازیەکان

بیرمەندەراستەقینەمنازادەکان، یاری بە نیویانگ و شانازیەکان دەکەن و گەرنگی یان پنی نادەن و هیچ کەتیک لە بەر شانازی و خۆخۆشەویست کردن، لە دەڕپینی بیروبا زانستی و درووستەکان، خۆنابوێرن و دوورلەزاوێراو و خۆ نواندن و دووڕوویی درێژبەژیانی سەرەزانیان دەدەن.

رادەئە پازی بوون بە بەلگەزانستی و ژیریژی یەکان

بەداخەوێ زۆربەئە خەلک بە سەختی دەکەوێ ژیریکاریگەری پازی بوون بە بەلگە ژیریژی و ژیری یەکان. چونکە نەوانە بە توندی کەوتوونە ژیریکاریگەری بالا دەستی ھەزو وستی دەروونی و نەرەزووەکانیانەو، کە نەوش ڕەنگە بەھۆی جوێ پەرەو، یان پتوێ ندی بە ھالەت و تاییبەتەندی یە خودی یەکانی نەوانەو ھەبێ یان پەبوێندی بە ھەردوو ھۆکار واتە: خودی و دەڕەکی یەو ھەبێ. نەو داب و نەریتانەئە لە ناو کۆمەلگەئە ک دا باویان ھەبێ، وەک خوا پەستی یەک فیتری منالەکانی دەکەن کە دیارە نەوش لە قۆناغی بەر لە ھەرزەکاری دایە و بە تەواوی

نه گه‌بشتوته ناستی بیر کردنه‌وه و ژیری یه‌وه. نه‌هیشتنی نه‌و
 ناکار و تایه‌تمه‌ندیانه‌ی له قوناغی مندالی دا ده‌سته به‌ر ده‌کړین،
 کارنکی ناسان نییه و هر له به‌ر نه‌ویه که ماموستایانی پوره‌وده
 گرینگی ده‌دن به‌ بنه‌ما پوره‌وده‌یی یه دروسته‌کان. به‌ تایه‌تی له
 قوناغی مندالی دا. له‌و کومه‌لگایانه دا که خه‌لک فیر نه‌کراون
 باش بیر کردنه‌وه و شاره‌زاییان سه‌بارت به‌ زانست هه‌بی و باب‌ت و
 کیشه‌کان به‌ بیر کردنه‌ویه‌کی دروست و به‌ جی تاو توئی بکه‌ن.
 نه‌و بیر به‌زمینی مروف دادیت که له‌وانه‌یه نه‌و خه‌لکه هر له
 خودی خویان دا ناماده‌ی قبول کردن و رازی بوونیان به‌ به‌لکه
 زانستی و ژیریتری یه‌کان نییه، که نه‌وه‌ش تیروانیکی هه‌له‌یه.

رادمی زانست و له کارزانی

- هیندینک که‌س هر که که‌میک زانست و زانیاری و له
 کارزانی یان له خویان دا به‌دی کرد، وا تینه‌گه‌ن گه‌بشتونه دوا
 قوناغی زانست و زانیاری له کاتیک دا که هر لیوان له سر
 چاوه زانست و شاره‌زایی ته‌ر کردوه. زانا و چا زانه راسته‌قینه‌کان
 هه‌میشه دلن به‌ که‌م و کوپی زانیاری یه‌کان دا دینن. هر وه‌ک
 (نیوتن) ده‌لی: له قه‌راغ ده‌ریای مه‌عریفه من هر سر گه‌رمی دور
 و گه‌وه‌ره‌کانم. خۆبه‌زلزانی له هه‌موو بوارنک دا گه‌وره‌ترین کو‌سی
 گه‌شه و پینکه‌وتنه.

بالاخانەى لە رزۆک

- ورده بەردەکان لەرزۆکن و نەو بالاخانەى لە سەر بنەمای دیواری ورده بەرد بنیات بئری، لەرزۆکە و بە لافاوێکی لاواز تێک دەرووخی. نەو بیر و نینۆلۆزی یانەى، پشت بە بەلگەى لاواز و نا زانستی و دوور لە ژیری دەبەستن، لەرزۆک و دانەمەزاون.

وتووێژ لە گەڵ داهینەریک

کاتێک وتووێژیان لە گەڵ درووستکەرى زنجیر دە کرد ، نەم داهینەرە کە صدۆى بوو خۆى لە پروون کردنەو دەپاراست. سەرمەنجام گوتى: پێنگام بێن زارم هەروا بەستراو بى. چونکە بۆ زنجیرێکی چاک چ پۆلێک لە داخراوى باشتەر؟

داهینەرى مەگنەى دروومان

- لە کاتێکدا کە هیچ کەس پشتیوانى لێندە کرد، بە دلێکی پر لە خەم وتى: نە گەر چەند کەمچکە سووینک بۆ تێکردنى زگی برسى منالە کانم و گۆرێکی بچووكم بۆ بیرکردنەوه کانی کاتى تەنیاى هەبوايه، چ گازەندەم لە زيان نەدەبوو. بەلام هەژارى و دەست کورتى نەو داهینەرە چارە ڕەشە بە جۆرێک بوو، کە تەنەت بەم نارفزووه ساکاروشى نەگەشت و سەرمەنجام بە ناکامى سەرى نایهوه. هاوسەرەکەى ناچار بوو لە کارخانەى کى بچووک دا بە مووچمە کى کەم کار بکات، بۆ نەوى زگی منالە هەتیوه کانی پى تێر بکات.

پۆمىندى نىۋان نووسەر و خويىنەر

- پۆمىندى نىۋان نووسەر و خويىنەر پۆمىندى يەكە لە چوار چىنەي قىسە و وتەدا، نەك پۆمىندى يەككى بە كىردەو و ھەلس و كەوت. نووسەرى نەم تۆ ھەن كە بابىتگەلى باش و مەعنەوى و مەرفۇئەيان نووسىو، بەلام بۇ خويان كاريان پىن نە كىردوون ولە قۇناغى كىردەو دا پىادەيان نە كىردوون. نەمە خالىكە كە دەمى خويىنەرەن لە بەرھەمە كانيان شارھزا بن. پىويستە نەم بابەتە سەبارەت بە وتار بىژ و بىژھرانىش لە بەر چاۋ بگرن.

گۈرنگى و پىويستى گۆرانكارلى شىۋازەكانى ھونەر

- گۆرانكارى لە شىۋازەكانى ھونەر دا پىويستەكى مېژووى يە. سەبكىنك كە بۇ قۇناغىنك دىيارىكراۋە، لە قۇناغەكانى تر دا كاريگەرى لە سەر ھەستىارى نى يە. لە ھونەر دا شاسۋارى نەمەر ھەن. بەلام ھىچ سەبك و شىۋازىنك نەمەر نى يە. ھەمىو شەۋىنك فكىرنكى نۆم ھەيە و بىر و رايەكى تر.

مامەلە لە گەل كىشەيەك

- دىكتۇرا (پىمۇندچارلىس) دەلىنى: ھەلس و كەوت و ڤوو بىرۋو بوونەو لە گەل بابەت و كىشەيەك، بەواتاي نەمە نى يە كە دەمى كاريك ھەر بىكرى، بەلكو پىويستە لەو بابەتە شتىك فىرىن و بىرى لى بىكەنەو.

کټیټ

- کټیټ لایه‌نی نوی به ژيان دمه‌خشی و یی نه‌وی له جنی خومان جولاین، جیگه دووره‌کانمان نیشان ده‌دا. پوښته مړوږ له بازنی بهر ته‌سکی ژینگه‌ی تایبه‌تی خو‌ی یتته دهر و له جیهانی ترشدا بسوړیته‌وه، که کټیټ ده‌توانی بو نه‌م مه‌به‌سته یارمه‌تیدهر یتت. نه‌و که‌سه‌ی کټیټی دل‌خو‌ازی خو‌ی ده‌خو‌نیتته‌وه هه‌ست به‌ستی و سه‌ختی و تی‌هر‌پینی کات ناکا. نه‌و که‌سه‌ی خه‌ریکی کټیټ خو‌رنده‌نویه، پو‌ته هار نشینی بیرمندان و که‌لک له نه‌زموون و تیر‌وانیه‌کانیان ورده‌گری.

هو‌شیار گردنه‌وی هونه‌رمندان

- هیندیک له هونه‌رمنده‌کان (انوسر، وینه‌کیش، پسرپوری موسیقی، نه‌کته‌را) که شتیک ده‌خو‌لقینن، به داخه‌وه تووشی نه‌خو‌شی له خو‌رازی بوون دهن که نه‌خو‌شیه‌کی دزنوه.

چلق به‌ستووی له رابردو‌دا

- نه‌وی جنی سر‌سو‌رمان و تیر‌امانه له زانستی پزیشکی کوندا، نه‌ویه که بوجی له ما‌وهی چهند هه‌زار سال‌دا نارا وستاو ویی جو‌وله بووه و نه‌یتوانیوه خو‌ی له کو‌ت و به‌ندی جادوو و خه‌یال قوتار بکا؟ هیندیک نه‌ته‌وه زور خو‌ پاریژ و کو‌نه پارنزن و قه‌ت به‌بیری نوی رازی نابن و واز له تیر‌وانین و سونه‌ت و ناکاره کو‌نه‌کانیان ناهیتن.

زانست و تیگیشتنی نه مانه وهک نمو کؤگا و مه خزانیه که له ماله
 کؤنه کان دا ههیه و لهو کؤگایانه دا له نموه دیزینه کانهوه تا نهمرپؤ کهل
 و پهلی کؤنه و کرمی وجل و بهرگی کؤن و پهرتووکی برشادی و
 تیکهله و پیکهله، هه لگیراون و فریدان یان فروشتیان به سه ریچی
 کلتوری خویان دزمانن. نه گهر پیناچوونهوه و نوئگهری له بیس و را و
 تیفکرینه کانی مرؤفا نه ییت. گه شه و پینگه یشتن چؤن دسته بهر دمی؟

هزر و کردوه

- سروشتیه کردوه به دولی هزر دا دی . نه وانسی که
 به دینه یه تهری هزر نکن کاریگهری زوریان له جیهاندا ههیه. ته نانهت
 مارکیسته کان که په سه نایه ته کی زورتر بؤ کؤمملگه سه ریه رهت به
 تاک و بیس تاک په چاو ده کهن، له بیس چاته وه که مارکس
 بؤخوی به تیفکرین و بیر کردنهوه توانی بیرو که و رینچکیه که وه دی
 ییتی و نمو فکر و رینچکانهش له کردنهوه بوون به هوی نال و
 گؤری گه و ره له پروی میروسی و کؤمه لایه تی و له نیو به شینکی
 به رینی بهر به شهردا و سه رمجام وهک زور له هزر و دیارده کانی تر
 له بهوتی گؤرانی فکری مرؤفا سه رمگرنی بوو.

نووسه ری باش

- نووسه ری باش نمو که سه یه که هه تا بوی ده کړی زور تیرین
 لایه نه کانی بابیه تیک بؤ خوئنه ر وونکاته وه و بهار به خوئنه ر بدا

بۇخۇى دادوۋىرى بىكات. نەك بىر و تېرۋانىنى خۇى بۇ وىتابكا و بەسەرىنا سەپىتى.

قوتايىانى زانكۆ و جۆنەنى خوتىندىنەۋە

- كات و شونىن ھەرچەندە لە خوتىندىنەۋەدا رۇلى خۇيان ھەيە. بەلام گونجايى نەم دوانە بەتەنيا بەس نى يە بەلكو پىرىستە قوتايى لە لايەنى رۋوحى و دەرونىشمە نامادىمى خوتىندىنەۋە تىندىنى. نەگەر قوتايىيەك مەبەست و ھۆيەكى نەيىت لە خوتىندىنەۋەدا، ناكرى خوتىندىنەۋە ھەيىت يان نەگەر نامانچ و مەبەستەكانى شتگەلى گرىنگ نەبن. ناتوانى بخوتىتەۋە، سوودمەندىت و چىز لە خوتىندىنەۋە ۋەرىگىرى. كەۋابو نامانچ و مەبەست ھۆكارىكى دەرونىيە كە بەردوام لە سوودمەندىبوون لە ھەموو كارەكانى قوتايى ولە خوتىندىنەۋەدا رۇلى بىر ەتى دەمى.

پرسىار كرىن

- سەئى لە گولستانا دەلى: پرسىارىان لە زاناي گەۋرە محمد غەزالى كرىد كە چۆن گەيشتويە نەم ناستە بەرزە لە زانستانا؟ فەرموى: بە ھۆى نەۋە كە ھەر شتىكم نەزائىبى، شەرمم نە كرىدە سەبارەت بىر شتە پرسىار بىكم..

به‌شی هه‌شته‌م: داد‌گه‌ری سته‌م

ته‌له‌ی دا‌گه‌ری

- سه‌رنج بده و تیرامینه و جله‌وی ریست مه‌سپیره ده‌ستی هه‌وست.
چونکه تو نافرته‌راونکی لاوازی و نافرته‌رنکی به‌هیتتر له تو هیه
که بوونی تو‌ش به‌ده‌ست نه‌وه.
- وردبین و حه‌واوه به‌و له‌گه‌ل ژیر ده‌سته‌کانت که سپارده‌ی
په‌روه‌ردگارن هینن به و له‌گه‌لیان به به‌زه‌یی به، بۆ نه‌وه‌ی قاپی
سۆز و به‌زه‌ییت لیب‌کرتته‌وه.
- کاتیک بریارنک ده‌دی و ده‌سه‌لاتاری ده‌که‌ی، سنوره‌کانی
شرع و ویردان مه‌به‌زنه.

سته‌م‌کاری پاشا و ده‌سه‌لات دا‌ره‌کان

- له‌ درێزایی میژوودا ده‌بینن که فرمان‌ه‌وا و پاشاکان هه‌ول و
ویستیان نه‌وه‌ بووه که به‌ زه‌یر و زه‌نگ و گوشار خه‌لک بگۆرن و
له‌ گه‌ل خواست و بیر و به‌رژومندی یه‌کانی خۆیان رایان بینن و له‌ پشاو
گه‌شتن به‌و مه‌به‌سته‌دا، هه‌نگاو و هه‌لو‌بستی نا مرۆفانه‌یان هه‌بووه. نه‌و
ده‌سه‌لاتدارانه‌ توانای هه‌لسوکه‌وت و گونگرتن له‌ بیر و ڕاو باوه‌ری
به‌رامبه‌ره‌کانیان نی یه و لهم بواره‌دا ده‌ستیان داوه‌ته هه‌لو‌بست و تاوانی

زۆر دېندلەنە و دژە مەرفۇقەنە. نەمۇ جۆرە تېگەشتەن و كەردەمە دېندەنەش
 رېگە لە نازادى و گەشمى مەرفۇقەكان دەگىرى و بە داخەمە لاپەرى رېش
 لە مېژدى مەرفۇقا پەردە كەنەمە وەك (سوتاندەن مەرفۇقەكان زىندەنە
 تارىك و تاقەت پروكىتەكان دەست و پىن بېرىن، لە داردان، فېشەك
 باران و كوشتارى بە كۆمەلى خەلك، بە ژن و مەنالى بىن تاوانىشمە
 و...). سىر كەردەمە و وىنا كەردەن نەمۇ كەردەمە دېندەنە، بۇ مەرفۇقە نازاد و
 تېگەشتەمەكان دەست نادا، رەفتارى دېندەنە فاشىستە نازى و
 كومونىستەكان نەمۇنەنى بەرچەلى نەمۇ دېندە خەمەن.

وتەى سېمۆن لەبىى لە ...

- ((سېمۆن لەبىى)) لە كىتەبى ((جەلە تازەكانى سەرفۇك مەنۆ)) دا
 دەمەنەس: كاتىك فەرمەنەمە چەمەنەمەكان لە كۆتەبى تەمەن نەزىك
 دەمەنەمە بەد گومەنى و دەرەقىان زىاد دەكا و دەست دەكەن بە دەركەن و
 وەلانەنى كەسەمەتەبە لېتەتو و دەزىرە لە كەرزەنەكان و بە پىچەمەنەشەمە رۆژ
 بە رۆژ زۆرتر لە ژن و خەمەتكارەكانى دىوانى سەرفۇكەمەتى نەزىك دەمەنە
 و پەشتەيان پەتەمەستەن.

لېكچەونى نېوان نېمەراتۆرىيەكان

- لە راستى دا تېكەراى نېمەراتۆرىيەكان وەك يەك دەچەن.
 نەوان بە سوود وەرگەرتەن لەكەسانى تر قەلەم دەمەنە، ديارە نەمۇ دەسەلاتانە

ی که له سهرینه مای چهوساندنمه و به کویله کردنی چین وتوژده کانی
خه لک، دامه زراون، ههردمی رۆژنیک سهرنگری ببن .هیننیک جار
نیمپراتورو فهرانپرواکان بۆگیشتن بمانامجه شەیتانی یه کانی خویان
به ناروا له باوهری پاک و پروای یی خهوشی خه لک که لک وهرده گرن
و به رواله ت خویان وهک خاوهن بیروباوهری پاک نیشان ددهن..

به رۆه و مند په رسته کان

- به ینی پێوانه ی به رۆه و مندی، سه رمایه دار و سه ررۆه و مند
په رسته کان تاوده دمه کاری نه شیاو. بۆ نمونه دڵین نه گهر په نجا له سدی
سوود دسته بهر بی، خاوهن سه رمایه ناماده به خوی بکاته قوریانی و یاسا
مروفا به تی یه کان ده خاته ژیر پی و نه گهر راده سوود سینه له سه د
یت، سوود په رست له هیچ چه شنه تاوانیک سل ناکاته وه.

سێ هۆکاری مالدێرانکه ر

- سێ شت نه گه رگه شه بکه ن و په ره بسیتن، تیکده ر و
مالدێرانکه رن: ناگر، لافاو و کۆمه لانی هه راوی خه لک به گشتی.

وهک به ره به ک که لک له نه خۆشه کانتان وهر گرن

- به راستی مروف دهمانی له کاتی نه خۆشی دا به تاییه ت له قوناغی
چاکبونه ویدا، بیر له بابیه ت و کیشه ی جۆراو جۆری کاته و وه له بواری کاری

تایبمتی خۆیدا پیشکەوتتی بەرچاوی هەبێ. بۆیە لە جیاتنی نەوێکە لە
کاتی نەخۆشیدا دوونی خۆمان و دەرووەرمان ناپەرەت بکەین، باشتەر وایە
خۆشەحالی بێن کە بەو دۆفەتە لە کاتی نەخۆشیدا دەستمان کە و تەووی
خەریکی بیروفری بنیات نەر و چارەنووس سازین و دواي نەخۆشی
پیشکەوتوتترین.

بهشی نۆهههه: پاگوخاوینی

پارێزگاری و چاودێریکردنی بلری دهروونی

- زۆریه ی خه لک نه وه نازانن که مینشکی مرؤف ده زگایه کی ناسک و نالۆزه و پنیسته نه وه پیری چاودێری و پارێزگاری لێ بکری. هه سانه وه، دلخۆشی وخۆ له کیشه و مرنه دان زۆر گرنگه. به دبینی، رِق وقین و چاوجنۆکی و ته ماع و دوژمنایه تی کردنی خه لک، هۆکاری سه ره کین بۆنه خۆشی. خۆشه ختن نه وانه ی به ناسووده یی دهرین و به بی هۆ تووره نابن و نارا مگرو له سه رخۆن و له خۆیان دهرناچن. خۆشه ختن نه و دایکانه ی به بی به لگه له سه رشتی بچوو ک، ره خته له منداله کانیان ناگرن..

نایا دمی له رۆژه کانی پشووش داهه رخۆمان مانه وو و ناره حه ت بکه یین؟ بۆ به یی هۆخه می هه له و چه وتی به کانی رابردوو بخۆین یان خه می داهاتوو بخه ینه سه رملمان؟ ییتوانایی له بریاردان دا و بی نیراده یی و دوو دلی، دهنه هۆی بارگرژی و نانا رامی. خوایه نارا می و پشو و درنژیم پی بیه خشه بۆنه وه ی رازی بم به و شتانه ی که بۆم ناگۆر درن و به و نازایه تی به خه لاتم بکه که نه وه دهنام بیگۆرم، بۆم بگۆر درن و به و له کارزانی به به ره مه ندم بکه که بتوانم له جیاوازی به کان تی بگه م.

چيژ له ژيان وهرگړه

- له قوناغی نیتا دا چهنده بۆت دهلوی، چيژ له ژيان وهرگړه. ناین بلینی کاتی زورمان له بهر دست دایه و پشت به داهاتوو بهستین. بهلکو به پیچهوانهوه دمی بلیین درمگ بووه.

پزیشکه پیوسته کانی کومه لگا

- کومه لگه پیوستی به پزشکی نهوتو هدی که ونړای چاره سر کردنی نه خوشی یه جهسته یی یه کانی، ههولی چارمه ری روح و دهرونی خملکیش بدن. نهو جوړه پزشکیانه پیوسته، نازایه تی، دلیری، نه ترسان له مردن، نارام گرتن، توانا و پشوو درتزی و راستگویی له خه لک دا وهی یتن. دمی نه و پزشکیانه خه لک تیښگیمه ن له وه که کارکردن و میانه رهمی له هه مسوو کار وبارنکدا، دوو هوکاری گرنګن بۆ ته ندروستی گیان و جهسته. دمی خه لک نهوه بزنان که کاره دمستی یه کان و وهرزش و راهیتانه جهسته یی یه کان بۆ ته ندروستی و خوږاستن له نه خوشی یه کان، به تایبه تی ناره حمتی یه دهرونی و روحی یه کان زور گرینگ و پیوسته. دمی خه لک بزنان و خوږا یتن که تا بویان ده کری تووره نه بن و له گه ل خه لکی تووره بس و که له وه کیشی نه کهن نهو باسانه زورتر سر ده کیشن بۆ ژاوه ژاو وهه للا و هه نگامه. پیوسته خه لک بزنان که منالان زوو تووره دمن و دلیان ناسکه و خیرا دلیان ده شکن. بویه دمی بهو پهری

ھۆشیاری و خۇشەويستی و پرېزە ۋە رەفتاریان لە گەل بکەين و دەمی
بە گۆرەي فکری خۆيان و چاوەڕوانیيەکانیان چاومان تێو بن.

میگرن (شەقیقە)

- جۆرە ژانە سەرنکە کە دووبارە دەیتەو و نێو نێویە و لایەکی
سەر دەگرتەو. بەھۆی فراوان کردنی خوێن بەرەکانی مێشک،
میگرن پەیدا بوو. ھەر بۆیە دەکری ئەو بەراست بزانی کە فراوان
بوونی دەمارە خوێن بەرەکانی مێشک لە لایەکی مێشک دا، دەیتە
ھۆی نیش و ژانی ئەو لا سەرە. ھەولیان داو کە ھۆکاری ئەو
فراوان بوونە کە جار و بارە پەیدا دەبی و دەیتە ھۆی ژانە سەر،
ببۆزنەو. لە بەر ئەو کە ئەم جۆرە سەر نیشە لە ئەندامانی خێزانی
دا بەدی دەکری، دەکری بۆلێن بۆ ماوەیی ھۆکاریکی گرینگی
نەخۆشییە کە یە و ئەویش قبوڵ بکەین کە ھالەتێکی تاییەت و کەم
و کۆپی یەک لە خوێن بەری لایەکی مێشکی ئەو کەسانە دا ھە
یە. ئەو خەوش و کەم و کۆریانەش لە خوێن بەرەکان دا زەمەنە یەک
پێک دێنن و ھۆکاری تری سەرھەڵدان، دەست پێ کردن و
گەڕانەو میگرین بۆ جاری دیکەش.

ئەو ھۆکارانەش بریتین لە: ماندوویی، چاوەنکەوتن و سەردانەکان، بە
ناکام نەگە یشتنەکان، کاری لە رادە بەدەر، وت و پێژی ھەرەشە نامێر،
ھەلچوون، نل و گۆر و ھەلچوونە ھۆرمۆنی یەکان، ھەندێک جۆرە
خواردن و زۆر ھۆکاری نەناسراوی دیکەش.

له پروانگه‌ی د پروونناسی یموه که ساینک تووشی نه خووشی میگرد
 (شقیقه) دمن که خو به زلزان و مهقام پهرستن و پنیان خو شه به
 پنی بهرنامه ژیان تپه پر کمن. سه بارهت به خو یان و خه لکی تر
 ره خه گر و عه یب دوزن و پیوستیان به وهیه خو یان به سر دهست و
 پنی خه لک دادمن و له بهرام بهر به ناکام نه گه یشته کاند تووشی
 تو بهی و توران دهن. دیاره نه ووش هه می شه یی نه. کاریگه ری و
 دهست ریش تووی پزیشک

- کافیش ده زانی که دهست له سر دهست دانان و چاو پروانی
 موعجیزه و پرنگه له یارمه تی گرتن، تاوانه. به لام نه و کاته ی
 خه لک ره فتار به و وتار هیان ناکمن و قسه و بیر و راو ریش تی
 یه کانی دکتور له گوئی ناگردن، دکتور به نانومینیوه تینه گا که
 زور که م شاره زایی سه بارهت به خه لک هه بووه و قسه ی چهنده بر
 ده کا له تیوان خه لک دا.